



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий

Журилова Ф.Б.

МЕНЮ

01.12.2023 пятница

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	256	5,83	8,49	39,09	1,17	0,10	0,12	99,13	2,19	
Масло (порциями)										5
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										20
Каша ячневая вязкая молочная										160
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	396	16,25	11,78	56,56	53,91	0,28	0,16	70,87	5,42	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Тефтели мясные со сметанной подливой										60/60
Полдник	207	8,07	5,10	32,22	0,52	0,18	0,17	132,70	2,75	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										150
Итого за день:	883	30,38	25,58	133,22	95,20	0,57	0,46	311,14	11,51	



МЕНЮ

01.12.2023 пятница

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	267	6,35	9,05	39,95	1,28	0,11	0,14	120,25	2,20	
Чай с лимоном										150
Каша ячневая вязкая молочная										200
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	480	18,50	16,47	64,65	55,40	0,32	0,20	88,42	5,78	
Хлеб пшеничный										70
Тефтели мясные со сметанной подливой										80/80
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Полдник	230	8,98	5,71	35,62	0,62	0,20	0,20	154,49	2,82	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										200
Итого за день:	1 001	34,06	31,44	145,57	96,90	0,64	0,55	371,60	11,95	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

04.12.2023 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	220	7,30	8,59	28,36	0,32	0,20	0,14	98,27	2,70	
Масло (порциями)										5
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Второй завтрак	74	4,30	2,97	7,40	0,28	0,05	0,05	113,60	1,00	
Бутерброды с сыром										20/10
Обед	526	20,72	17,53	71,34	54,26	0,40	0,21	76,22	6,61	
Котлета мясная										60
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Каша пшенная вязкая (гарнир)										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Полдник	253	7,48	10,19	32,99	0,47	0,08	0,24	174,81	0,55	
Булочка домашняя										60
Кефир										155
Итого за день:	1 073	39,80	39,28	140,09	55,33	0,73	0,64	462,90	10,87	



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

04.12.2023 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	259	9,08	11,11	30,58	1,28	0,25	0,17	130,51	3,80	
Чай с лимоном										150
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										200
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	74	4,30	2,97	7,40	0,28	0,05	0,05	113,60	1,00	
Бутерброды с сыром										20/10
Обед	628	24,85	22,58	81,58	63,22	0,47	0,26	85,30	7,33	
Котлета мясная										80
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Каша пшенная вязкая (гарнир)										150
Суп картофельный с крупой рисовой										200
Полдник	253	7,48	10,19	32,99	0,47	0,08	0,24	174,81	0,55	
Булочка домашняя										60
Кефир										155
Итого за день:	1 214	45,71	46,85	152,55	65,25	0,85	0,72	504,22	12,68	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

05.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	212	5,86	4,28	37,58	0,37	0,13	0,12	91,05	1,58	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										150
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										20
Обед	452	18,66	14,69	61,59	97,19	0,34	0,27	123,42	6,48	
Свекольник										150
Хлеб пшеничный										70
Голубцы ленивые с соусом сметанным										120/30
Компот из свежих яблок										150
Полдник	225	8,34	7,40	31,42	0,52	0,20	0,19	133,28	3,29	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с гречневой крупой										155
Итого за день:	956	34,51	30,08	137,37	98,08	0,71	0,61	356,11	12,22	



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

05.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	227	6,45	4,65	39,82	0,43	0,14	0,12	102,33	1,65	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										200
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	560	23,41	19,50	72,88	113,14	0,40	0,33	147,38	7,22	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										70
Голубцы ленивые с соусом сметанным										160/30
Компот из свежих яблок										150
Полдник	248	9,34	8,08	34,54	0,62	0,23	0,23	155,10	3,53	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с гречневой крупой										200/5
Итого за день:	1 125	41,79	36,14	158,39	114,19	0,85	0,72	418,50	13,91	

МКДОУ "Детский сад №58"



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
06.12.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	261	6,38	8,58	39,70	0,32	0,14	0,13	78,47	2,43	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										150
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	467	14,38	14,47	69,80	78,28	0,35	0,21	87,27	5,17	
Хлеб пшеничный										50
Пюре картофельное										120
Компот из свежих яблок										150
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Котлеты рыбные										60
Полдник	244	4,76	4,22	46,58	0,88	0,06	0,03	16,24	1,52	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 062	26,32	27,97	176,11	79,48	0,56	0,37	184,48	9,12	



Хакемизова /

МЕНЮ
06.12.2023 среда

Дети от 3 до 7 лет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	300	7,99	9,26	46,27	0,43	0,17	0,16	99,59	2,82	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	567	18,36	18,11	82,95	79,25	0,41	0,26	98,90	6,36	
Котлеты рыбные										80
Пюре картофельное										120
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой (рисовой)со сметаной										200
Полдник	244	4,76	4,22	46,58	0,88	0,06	0,03	16,24	1,52	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 201	31,91	32,29	195,83	80,56	0,65	0,45	217,23	10,71	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

07.12.2023 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	271	7,37	5,22	48,53	0,32	0,13	0,11	86,72	1,97	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										150
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										20
Обед	415	22,32	7,98	63,68	54,86	0,26	0,15	64,76	5,15	
Хлеб пшеничный										50
Суп крестьянский										150/5
Плов из птицы (филе)										120
Компот из свежих яблок										150
Полдник	155	8,65	4,90	18,87	0,96	0,02	0,11	83,75	1,15	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										60/5
Итого за день:	908	39,99	21,81	137,86	56,14	0,45	0,40	243,58	9,15	



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

07.12.2023 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	260	7,33	5,75	44,56	1,28	0,13	0,13	108,35	2,63	
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										30
Каша манная молочная/сладкая										200
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	520	30,09	9,56	78,50	56,78	0,36	0,21	81,69	6,77	
Хлеб пшеничный										70
Суп крестьянский										200
Плов из птицы (филе)										160
Компот из свежих яблок										150
Полдник	229	14,34	8,45	23,90	1,03	0,04	0,19	134,92	1,35	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										100/5
Итого за день:	1 099	54,35	27,67	158,11	59,09	0,61	0,57	338,65	12,25	

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
08.12.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	296	6,83	8,93	47,10	0,32	0,14	0,13	83,09	2,15	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										150
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	490	20,15	11,16	77,51	53,19	0,51	0,26	82,93	8,60	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										150
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										120
Полдник	264	4,65	11,22	36,11	1,12	0,08	0,04	40,67	1,37	
Чай с лимоном										150
Оладьи										60
Итого за день:	1 133	34,45	35,46	169,31	54,63	0,75	0,45	216,90	12,85	

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
08.12.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	367	9,10	9,87	60,51	0,43	0,20	0,15	107,29	2,48	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	561	24,04	12,62	88,22	54,33	0,60	0,31	101,23	9,85	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										200
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										150
Полдник	396	8,93	12,35	62,13	1,38	0,15	0,10	71,54	1,83	
Чай с лимоном										150
Оладьи										120
Итого за день:	1 407	44,89	38,99	219,45	56,14	0,97	0,58	290,27	14,89	

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

11.12.2023 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	257	8,88	11,06	30,48	0,43	0,25	0,17	125,26	3,04	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										200
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										160
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	656	27,01	24,53	81,87	135,07	0,49	0,37	178,44	9,31	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										90
Котлета мясная										80
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										150
Полдник	295	10,33	8,66	43,74	1,08	0,07	0,07	203,54	1,62	
Чай с лимоном										150
Макароны, запеченные с сыром										150
Итого за день:	1 291	49,04	48,40	164,68	136,58	0,83	0,63	517,45	14,70	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

11.12.2023 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	197	6,36	8,39	23,99	0,32	0,16	0,13	92,94	2,07	
Масло (порциями)										5
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	532	21,88	18,32	69,75	104,02	0,42	0,30	137,09	8,22	
Хлеб пшеничный										90
Свекольник										150
Котлета мясная										60
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										120
Полдник	231	8,06	6,23	35,48	1,04	0,05	0,06	164,09	1,44	
Чай с лимоном										150
Макароны, запеченные с сыром										120
Итого за день:	1 043	39,12	37,09	137,81	105,38	0,65	0,51	404,33	12,46	

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

12.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	174	2,12	10,63	17,47	0,09	0,05	0,05	32,92	1,05	
Масло (порциями)										5
Омлет натуральный										65
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	568	23,59	13,92	87,00	54,65	0,40	0,23	85,65	7,20	
Хлеб пшеничный										90
Рассольник										150
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										120
Полдник	310	9,07	5,54	55,93	0,32	0,19	0,13	95,32	2,97	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										150
Итого за день:	1 076	35,01	30,30	165,75	94,66	0,65	0,42	222,34	12,37	



Хаченизова /

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
12.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	207	3,25	11,73	22,15	0,13	0,09	0,06	45,81	1,68	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Омлет натуральный										85
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	635	26,58	17,38	93,16	56,33	0,38	0,26	87,23	6,81	
Рассольник										200
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										160
Полдник	297	8,83	6,03	51,86	0,43	0,19	0,15	111,80	2,89	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										200
Итого за день:	1 163	38,89	35,35	172,52	96,49	0,67	0,48	253,29	12,53	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

13.12.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	229	4,90	6,32	38,30	0,32	0,07	0,11	74,39	1,24	
Масло (порциями)										5
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша рисовая молочная										150
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	434	17,50	13,52	60,85	58,47	0,28	0,20	68,90	5,51	
Хлеб пшеничный										50
Шницель мясной										50
Компот из свежих яблок										150
Соус томатный										30
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	162	8,02	6,25	18,49	0,10	0,02	0,11	65,12	0,36	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										50
Итого за день:	873	32,04	26,37	127,35	58,90	0,41	0,44	216,59	8,04	



Хачеизова /

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

13.12.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Кб	Вес (г)
Завтрак	325	8,14	7,85	55,58	0,37	0,18	0,16	99,42	2,93	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Масло (порциями)										8
Каша рисовая молочная										200
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	533	21,44	17,98	71,40	59,79	0,35	0,26	82,16	6,79	
Хлеб пшеничный										70
Шницель мясной										70
Компот из свежих яблок										150
Соус томатный										30
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	236	13,09	9,57	24,22	0,16	0,04	0,17	108,70	0,52	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										80
Итого за день:	1 142	44,29	35,68	160,91	60,33	0,61	0,61	298,47	11,16	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

14.12.2023 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	238	5,44	8,38	35,33	0,32	0,10	0,12	73,14	1,80	
Масло (порциями)										5
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшеничная вязкая молочная										150
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	561	17,55	19,46	78,94	77,04	0,36	0,20	97,64	5,84	
Хлеб пшеничный										50
Пюре картофельное										100
Борщ со свежей капустой										150/5
Компот из свежих яблок										150
Биточки рыбные с томатным соусом										60/30
Полдник	264	4,65	11,22	36,11	1,12	0,08	0,04	40,67	1,37	
Чай с лимоном										150
Оладьи										60
Итого за день:	1 153	28,44	39,76	170,41	78,48	0,55	0,36	213,95	9,01	

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
 14.12.2023 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	277	7,05	9,06	41,90	0,43	0,13	0,15	94,26	2,19	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшеничная вязкая молочная										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	711	22,89	25,42	98,04	85,01	0,46	0,28	129,97	7,47	
Биточки рыбные с томатным соусом										86/30
Пюре картофельное										120
Хлеб пшеничный										70
Борщ со свежей капустой										200/5
Компот из свежих яблок										150
Полдник	396	8,93	12,35	62,13	1,38	0,15	0,10	71,54	1,83	
Чай с лимоном										150
Оладьи										120
Итого за день:	1 474	39,67	47,53	222,10	86,82	0,75	0,53	298,26	11,50	



Жачемизова Ф.Б. /

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
15.12.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	247	5,58	8,19	37,70	1,13	0,09	0,11	88,85	2,13	
Масло (порциями)										5
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										20
Каша ячневая вязкая молочная										150
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	396	16,25	11,78	56,56	53,91	0,28	0,16	70,87	5,42	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Тефтели мясные со сметанной подливой										60/60
Полдник	208	8,12	5,16	32,40	0,53	0,18	0,17	135,68	2,76	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										152
Итого за день:	875	30,18	25,34	132,01	95,18	0,56	0,45	303,84	11,46	



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

15.12.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	267	6,35	9,05	39,95	1,28	0,11	0,14	120,25	2,20	
Чай с лимоном										150
Каша ячневая вязкая молочная										200
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	480	18,50	16,47	64,65	55,40	0,32	0,20	88,42	5,78	
Хлеб пшеничный										70
Тефтели мясные со сметанной подливой										80/80
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Полдник	230	8,98	5,71	35,62	0,62	0,20	0,20	154,49	2,82	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										200
Итого за день:	1 001	34,06	31,44	145,57	96,90	0,64	0,55	371,60	11,95	

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ 18.12.2023 понедельник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	285	7,60	9,26	42,99	0,79	0,24	0,16	106,11	2,78	
Масло (порциями)										5
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Второй завтрак	74	4,30	2,97	7,40	0,28	0,05	0,05	113,60	1,00	
Бутерброды с сыром										20/10
Обед	526	20,72	17,53	71,34	54,26	0,40	0,21	76,22	6,61	
Котлета мясная										60
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Каша пшеничная вязкая (гарнир)										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Полдник	227	6,89	9,20	29,18	0,45	0,07	0,23	169,82	0,42	
Булочка домашняя										50
Кефир										155
Итого за день:	1 112	39,51	38,96	150,91	55,78	0,76	0,65	465,75	10,81	

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
18.12.2023 понедельник



Хачемизова Ф.Б. /

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	347	9,48	12,12	50,06	1,90	0,29	0,20	140,84	3,89	
Чай с лимоном										150
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										200
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	74	4,30	2,97	7,40	0,28	0,05	0,05	113,60	1,00	
Бутерброды с сыром										20/10
Обед	628	24,85	22,58	81,58	63,22	0,47	0,26	85,30	7,33	
Котлета мясная										80
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Каша пшенная вязкая (гарнир)										150
Суп картофельный с крупой рисовой										200
Полдник	227	6,89	9,20	29,18	0,45	0,07	0,23	169,82	0,42	
Булочка домашняя										50
Кефир										155
Итого за день:	1 276	45,52	46,87	168,22	65,85	0,88	0,74	509,56	12,65	



Handwritten signature

МКДОУ "Детский сад №58"



Хизова Ф.Б. /

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ 18.12.2023 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	285	7,60	9,26	42,99	0,79	0,24	0,16	106,11	2,78	
Масло (порциями)										5
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Второй завтрак	74	4,30	2,97	7,40	0,28	0,05	0,05	113,60	1,00	
Бутерброды с сыром										20/10
Обед	526	20,72	17,53	71,34	54,26	0,40	0,21	76,22	6,61	
Котлета мясная										60
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Каша пшенная вязкая (гарнир)										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Полдник	227	6,89	9,20	29,18	0,45	0,07	0,23	169,82	0,42	
Булочка домашняя										50
Кефир										155
Итого за день:	1 112	39,51	38,96	150,91	55,78	0,76	0,65	465,75	10,81	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
19.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	212	5,86	4,28	37,58	0,37	0,13	0,12	91,05	1,58	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										150
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										20
Обед	452	18,66	14,69	61,59	97,19	0,34	0,27	123,42	6,48	
Свекольник										150
Хлеб пшеничный										70
Голубцы ленивые с соусом сметанным										120/30
Компот из свежих яблок										150
Полдник	225	8,34	7,40	31,42	0,52	0,20	0,19	133,28	3,29	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с гречневой крупой										155
Итого за день:	956	34,51	30,08	137,37	98,08	0,71	0,61	356,11	12,22	

МКДОУ "Детский сад №58"



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
19.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	227	6,45	4,65	39,82	0,43	0,14	0,12	102,33	1,65	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										200
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	560	23,41	19,50	72,88	113,14	0,40	0,33	147,38	7,22	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										70
Голубцы ленивые с соусом сметанным										160/30
Компот из свежих яблок										150
Полдник	248	9,34	8,08	34,54	0,62	0,23	0,23	155,10	3,53	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с гречневой крупой										200/5
Итого за день:	1 125	41,79	36,14	158,39	114,19	0,85	0,72	418,50	13,91	



Хачемизова Ф.Б. /

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

20.12.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	261	6,38	8,58	39,70	0,32	0,14	0,13	78,47	2,43	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										150
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	467	14,38	14,47	69,80	78,28	0,35	0,21	87,27	5,17	
Хлеб пшеничный										50
Пюре картофельное										120
Компот из свежих яблок										150
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Котлеты рыбные										60
Полдник	244	4,76	4,22	46,58	0,88	0,06	0,03	16,24	1,52	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 062	26,32	27,97	176,11	79,48	0,56	0,37	184,48	9,12	



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

20.12.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	300	7,99	9,26	46,27	0,43	0,17	0,16	99,59	2,82	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	567	18,36	18,11	82,95	79,25	0,41	0,26	98,90	6,36	
Котлеты рыбные										80
Пюре картофельное										120
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой (рисовой) со сметаной										200
Полдник	244	4,76	4,22	46,58	0,88	0,06	0,03	16,24	1,52	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 201	31,91	32,29	195,83	80,56	0,65	0,45	217,23	10,71	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

21.12.2023 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	271	7,37	5,22	48,53	0,32	0,13	0,11	86,72	1,97	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										150
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										20
Обед	464	16,27	12,61	71,66	58,60	0,27	0,18	66,92	5,25	
Хлеб пшеничный										50
Суп крестьянский										150/5
Компот из свежих яблок										150
Биточки из говядины										60
Соус томатный										30
Каша рисовая рассыпчатая (гарнир)										120
Полдник	155	8,65	4,90	18,87	0,96	0,02	0,11	83,75	1,15	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										60/5
Итого за день:	957	33,94	26,44	145,84	59,88	0,46	0,43	245,75	9,25	

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
21.12.2023 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	260	7,33	5,75	44,56	1,28	0,13	0,13	108,35	2,63	
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										30
Каша манная молочная/сладкая										200
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	546	20,05	15,37	82,05	59,88	0,35	0,23	82,08	6,57	
Хлеб пшеничный										70
Суп крестьянский										200
Компот из свежих яблок										150
Биточки из говядины										70
Соус томатный										30
Каша рисовая рассыпчатая (гарнир)										150
Полдник	229	14,34	8,45	23,90	1,03	0,04	0,19	134,92	1,35	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										100/5
Итого за день:	1 125	44,31	33,48	161,66	62,19	0,60	0,59	339,05	12,04	

МКДОУ "Детский сад №58"



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
22.12.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	296	6,83	8,93	47,10	0,32	0,14	0,13	83,09	2,15	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										150
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	490	20,15	11,16	77,51	53,19	0,51	0,26	82,93	8,60	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										150
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										120
Полдник	247	8,09	5,11	42,20	0,53	0,18	0,17	133,39	2,86	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Суп молочный с макаронными изделиями										150
Итого за день:	1 116	37,89	29,35	175,40	54,04	0,85	0,58	309,62	14,35	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий

Хачиева Ф.Б. /

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
22.12.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	367	9,10	9,87	60,51	0,43	0,20	0,15	107,29	2,48	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	561	24,04	12,62	88,22	54,33	0,60	0,31	101,23	9,85	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										200
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										150
Полдник	309	10,70	6,04	53,00	0,63	0,25	0,22	163,78	3,93	
Чай с сахаром										150
Суп молочный с макаронными изделиями										200
Хлеб пшеничный										70
Итого за день:	1 320	46,66	32,68	210,32	55,39	1,07	0,70	382,51	16,99	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

25.12.2023 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	262	6,66	9,06	38,62	0,79	0,20	0,15	100,77	2,15	
Масло (порциями)										5
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	496	17,73	14,37	73,77	103,86	0,37	0,23	130,13	7,36	
Хлеб пшеничный										90
Свекольник										150
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										120
Котлеты рыбные										60
Полдник	229	7,86	6,19	35,38	0,19	0,05	0,06	158,94	0,70	
Чай с сахаром										150
Макароны, запеченные с сыром										120
Итого за день:	1 070	35,07	33,77	156,36	104,84	0,64	0,46	400,04	10,94	



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
25.12.2023 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	345	9,28	12,07	49,96	1,05	0,29	0,20	135,59	3,14	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										200
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										160
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	618	21,92	20,19	87,25	134,85	0,42	0,28	169,72	8,20	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										90
Котлеты рыбные										80
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										150
Полдник	293	10,13	8,62	43,64	0,23	0,07	0,07	198,39	0,88	
Чай с сахаром										150
Макароны, запеченные с сыром										150
Итого за день:	1 339	44,15	45,03	189,44	136,13	0,80	0,57	513,90	12,95	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
26.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	174	2,12	10,63	17,47	0,09	0,05	0,05	32,92	1,05	
Масло (порциями)										5
Омлет натуральный										65
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	568	23,59	13,92	87,00	54,65	0,40	0,23	85,65	7,20	
Хлеб пшеничный										90
Рассольник										150
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										120
Полдник	310	9,07	5,54	55,93	0,32	0,19	0,13	95,32	2,97	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										150
Итого за день:	1 076	35,01	30,30	165,75	94,66	0,65	0,42	222,34	12,37	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
26.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	207	3,25	11,73	22,15	0,13	0,09	0,06	45,81	1,68	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Омлет натуральный										85
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	635	26,58	17,38	93,16	56,33	0,38	0,26	87,23	6,81	
Рассольник										200
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										160
Полдник	297	8,83	6,03	51,86	0,43	0,19	0,15	111,80	2,89	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										200
Итого за день:	1 163	38,89	35,35	172,52	96,49	0,67	0,48	253,29	12,53	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий



Хаченидзе Ф.Б. /

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
27.12.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	229	4,90	6,32	38,30	0,32	0,07	0,11	74,39	1,24	
Масло (порциями)										5
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша рисовая молочная										150
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	434	17,50	13,52	60,85	58,47	0,28	0,20	68,90	5,51	
Хлеб пшеничный										50
Шницель мясной										50
Компот из свежих яблок										150
Соус томатный										30
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	304	10,06	7,73	48,80	0,53	0,25	0,21	142,57	4,40	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										70
Суп молочный с гречневой крупой										155
Итого за день:	1 015	34,08	27,85	157,66	59,33	0,64	0,54	294,05	12,08	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий

Кучмизова Ф.Б. /



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
27.12.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	325	8,14	7,85	55,58	0,37	0,18	0,16	99,42	2,93	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Масло (порциями)										8
Каша рисовая молочная										200
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	533	21,44	17,98	71,40	59,79	0,35	0,26	82,16	6,79	
Хлеб пшеничный										70
Шницель мясной										70
Компот из свежих яблок										150
Соус томатный										30
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	327	11,06	8,41	51,92	0,63	0,28	0,25	164,40	4,64	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										70
Суп молочный с гречневой крупой										200/5
Итого за день:	1 233	42,26	34,52	188,61	60,80	0,85	0,69	354,16	15,29	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

28.12.2023 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	254	5,63	8,45	38,99	0,32	0,10	0,12	93,98	1,45	
Масло (порциями)										5
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша ячневая вязкая молочная										160
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	598	18,17	21,23	83,70	85,86	0,42	0,24	104,13	6,23	
Хлеб пшеничный										50
Свекольник										150
Пюре картофельное										100
Компот из свежих яблок										150
Биточки рыбные с томатным соусом										60/30
Полдник	258	9,28	7,46	38,54	0,52	0,23	0,20	140,47	3,67	
Хлеб пшеничный										70
Суп молочный с рисовой крупой										150
Итого за день:	1 200	33,88	37,84	181,26	86,70	0,76	0,56	341,07	11,36	



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

28.12.2023 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	265	6,15	9,01	39,85	0,43	0,11	0,14	115,10	1,46	
Каша ячневая вязкая молочная										200
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	762	23,95	26,70	106,82	95,68	0,52	0,31	130,77	7,85	
Свекольник										200
Биточки рыбные с томатным соусом										80/30
Пюре картофельное										120
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Полдник	269	9,67	7,76	40,27	0,57	0,23	0,21	151,17	3,70	
Хлеб пшеничный										70
Суп молочный с рисовой крупой										200
Итого за день:	1 386	40,57	44,17	206,97	96,68	0,87	0,66	399,54	13,01	

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий
 Качидизова Ф.Б. /



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
 29.12.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	279	6,47	8,45	44,21	0,32	0,09	0,11	82,18	1,35	
Масло (порциями)										5
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша манная молочная/сладкая										150
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	380	15,75	8,02	61,44	55,21	0,34	0,17	86,38	6,02	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с фасолью										170
Компот из свежих яблок										150
Тефтели мясные со сметанной подливой										60
Полдник	196	7,97	4,94	29,94	0,52	0,20	0,17	129,73	2,79	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с пшеном										150
Итого за день:	879	30,42	21,62	140,94	95,65	0,64	0,46	306,75	11,31	

МКДОУ "Детский сад №58"



МЕНЮ
29.12.2023 пятница

Дети от 3 до 7 лет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	266	6,23	8,93	40,14	0,43	0,09	0,13	98,56	1,25	
Каша манная молочная/сладкая										200
Хлеб пшеничный										20
Чай с сахаром										160
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	538	24,29	14,50	77,78	57,33	0,45	0,26	131,51	7,41	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с фасолью										200
Тефтели мясные со сметанной подливой										80/80
Компот из свежих яблок										150
Полдник	257	10,37	6,00	40,55	0,57	0,26	0,21	149,93	3,89	
Хлеб пшеничный										70
Суп молочный с пшеном										200
Итого за день:	1 085	41,12	29,64	163,82	97,93	0,81	0,61	388,45	13,70	