



Хачемизова Ф.Б. /

МЕНЮ
01.03.2024 пятница

Дети от 1 до 3 лет

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	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	415	16,39	11,66	61,38	4,65	0,27	0,15	79,43	5,48	
Хлеб пшеничный										70
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Тефтели мясные со сметанной подливой										60/60
Компот из сушеных яблок										150
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:	961	33,11	29,40	141,28	6,34	0,57	0,46	321,46	11,16	



Хачемизова Ф.Б. /

МЕНЮ
01.03.2024 пятница

Дети от 3 до 7 лет

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	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	499	18,64	16,35	69,47	6,14	0,31	0,19	96,98	5,85	
Хлеб пшеничный										70
Тефтели мясные со сметанной подливой										80/80
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Компот из сушеных яблок										150
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:	1 079	36,79	35,26	153,63	8,04	0,64	0,55	381,92	11,60	

МКДОУ "Детский сад №58"



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
04.03.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	230	7,60	9,23	29,07	0,79	0,25	0,16	109,71	2,87	
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	489	21,90	12,31	72,71	54,02	0,39	0,16	84,04	6,60	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Котлета мясная (курица)с сметанным соусом										90
Каша пшенная вязкая (гарнир)										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Полдник	289	8,38	10,01	41,33	0,50	0,10	0,24	173,27	0,60	
Булочка домашняя										50
Кефир										155
Итого за день:	1 082	42,18	34,52	150,51	55,59	0,79	0,61	480,62	11,06	

МКДОУ "Детский сад №58"



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
04.03.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	273	9,48	12,08	31,50	1,90	0,31	0,20	145,64	4,01	
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	586	27,12	16,14	83,24	62,92	0,45	0,21	93,61	7,39	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Котлета мясная (курица)с сметанным соусом										110
Каша пшенная вязкая (гарнир)										150
Суп картофельный с крупой рисовой										200
Полдник	328	9,26	11,17	47,57	0,54	0,13	0,26	179,78	0,79	
Булочка домашняя										60
Кефир										155
Итого за день:	1 261	50,16	42,36	169,71	65,64	0,94	0,72	532,63	13,20	

МКДОУ "Детский сад №58"



Ф.Б.
Хаченизова Ф.Б. /

МЕНЮ
05.03.2024 вторник

Дети от 1 до 3 лет

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"



Хачемизова Ф.Б. /

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
05.03.2024 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	

МКДОУ "Детский сад №58"



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
06.03.2024 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	486	14,52	14,35	74,62	29,02	0,34	0,20	95,83	5,24	
Хлеб пшеничный										50
Пюре картофельное										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Котлеты рыбные										60
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	244	4,19	4,42	46,73	0,91	0,07	0,02	15,25	1,50	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 081	25,89	28,05	181,08	30,25	0,56	0,35	192,04	9,16	

МКДОУ "Детский сад №58"



МЕНЮ
06.03.2024 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	586	18,50	17,99	87,77	29,99	0,40	0,25	107,46	6,43	
Котлеты рыбные										80
Пюре картофельное										120
Хлеб пшеничный										70
Суп с крупой (рисовой) со сметаной										200
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	244	4,19	4,42	46,73	0,91	0,07	0,02	15,25	1,50	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 220	31,48	32,37	200,80	31,33	0,65	0,43	224,80	10,75	



Хачемизова Ф.Б. /

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

07.03.2024 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	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	153	8,93	5,53	16,70	0,92	0,02	0,10	79,30	1,14	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										60/5
Итого за день:	906	40,27	22,44	135,69	56,10	0,45	0,39	239,13	9,13	

МКДОУ "Детский сад №58"



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
07.03.2024 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	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	242	14,51	9,71	24,16	0,95	0,04	0,17	129,22	1,34	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										100/5
Итого за день:	1 112	54,52	28,93	158,37	59,01	0,61	0,55	332,95	12,24	



Ф.Б. Хачемизова
Хачемизова Ф.Б. /

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

11.03.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	207	6,66	9,03	24,70	0,79	0,21	0,15	104,37	2,24	
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	551	22,02	18,20	74,57	54,76	0,41	0,29	145,65	8,29	
Хлеб пшеничный										90
Свекольник										150
Котлета мясная										60
Капуста тушеная										120
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	231	8,06	6,23	35,48	1,04	0,05	0,06	164,09	1,44	
Чай с лимоном										150
Макаронны, запеченные с сыром										120
Итого за день:	1 072	39,56	37,61	143,34	56,59	0,69	0,52	424,32	12,69	

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

11.03.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	271	9,28	12,03	31,40	1,05	0,31	0,20	140,39	3,26	
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	675	27,15	24,41	86,69	85,81	0,48	0,36	187,00	9,37	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										90
Котлета мясная										80
Капуста тушеная										150
Компот из сушеных яблок										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:	1324	49,58	49,25	170,42	87,94	0,88	0,65	541,14	14,98	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
12.03.2024 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	587	23,73	13,80	91,82	5,39	0,39	0,22	94,21	7,27	
Хлеб пшеничный										90
Рассольник										150
Макаронник с мясом										120
Компот из сушеных яблок										150
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:	1 095	35,15	30,18	170,57	45,40	0,64	0,41	230,90	12,44	

МКДОУ "Детский сад №58"



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
12.03.2024 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	654	26,72	17,26	97,98	7,07	0,37	0,25	95,79	6,87	
Рассольник										200
Хлеб пшеничный										70
Макаронник с мясом										160
Компот из сушеных яблок										150
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:	1 182	39,03	35,23	177,34	47,23	0,66	0,47	261,85	12,59	



Качемизова Ф.Б. /

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

13.03.2024 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	420	18,19	9,28	66,35	13,80	0,32	0,18	94,57	5,53	
Хлеб пшеничный										50
Курица, тушенная с овощами										180
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	167	8,20	6,26	19,61	0,10	0,02	0,11	65,41	0,38	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										50
Итого за день:	864	32,91	22,14	133,97	14,23	0,45	0,42	242,55	8,08	

МКДОУ "Детский сад №58"



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
13.03.2024 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	504	24,34	11,03	76,95	15,13	0,39	0,22	108,19	6,92	
Хлеб пшеничный										70
Курица тушенная с овощами										200
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	243	13,37	9,59	25,96	0,16	0,04	0,17	109,17	0,54	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										80
Итого за день:	1 120	47,47	28,75	168,20	15,67	0,65	0,57	324,97	11,31	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
14.03.2024 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	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	545	17,15	17,75	79,08	7,65	0,24	0,11	86,52	5,28	
Хлеб пшеничный										50
Борщ со свежей капустой										150/5
Биточки рыбные с томатным соусом										60/30
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	235	5,17	7,59	36,41	1,30	0,11	0,09	58,62	1,70	
Чай с лимоном										150
Оладьи										60
Итого за день:	1 108	28,56	34,42	170,85	9,27	0,46	0,32	220,79	8,78	



МЕНЮ 14.03.2024 четверг

Дети от 3 до 7 лет

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	670	21,97	22,72	94,72	11,57	0,31	0,17	111,87	6,73	
Биточки рыбные с томатным соусом										80/30
Хлеб пшеничный										70
Борщ со свежей капустой										200/5
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	387	9,29	12,87	58,30	1,67	0,20	0,17	102,48	2,40	
Чай с лимоном										150
Оладьи										120
Итого за день:	1 424	39,11	45,35	214,95	13,67	0,65	0,49	311,11	11,33	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

18.03.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	230	7,60	9,23	29,07	0,79	0,25	0,16	109,71	2,87	
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	508	22,04	12,19	77,53	4,76	0,38	0,15	92,60	6,66	
Хлеб пшеничный										70
Котлета мясная (курица) с сметанным соусом										90
Каша пшенная вязкая (гарнир)										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	289	8,38	10,01	41,33	0,50	0,10	0,24	173,27	0,60	
Булочка домашняя										50
Кефир										155
Итого за день:	1 101	42,31	34,40	155,33	6,33	0,78	0,60	489,18	11,12	



Уд.ч.мизова Ф.Б. /

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

18.03.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	273	9,48	12,08	31,50	1,90	0,31	0,20	145,64	4,01	
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	605	27,26	16,02	88,06	13,66	0,44	0,20	102,17	7,46	
Хлеб пшеничный										70
Котлета мясная (курица) с сметанным соусом										110
Каша пшенная вязкая (гарнир)										150
Суп картофельный с крупой рисовой										200
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	328	9,26	11,17	47,57	0,54	0,13	0,26	179,78	0,79	
Булочка домашняя										60
Кефир										155
Итого за день:	1 280	50,30	42,24	174,53	16,38	0,93	0,71	541,19	13,27	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
19.03.2024 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
19.03.2024 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	102,23	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	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

20.03.2024 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	486	14,52	14,35	74,62	29,02	0,34	0,20	95,83	5,24	
Хлеб пшеничный										50
Пюре картофельное										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Котлеты рыбные										60
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	244	4,19	4,42	46,73	0,91	0,07	0,02	15,25	1,50	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 081	25,89	28,05	181,08	30,25	0,56	0,35	192,04	9,16	

МКДОУ "Детский сад №58"



Хачемизова Ф.Б. /

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
20.03.2024 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	586	18,50	17,99	87,77	29,99	0,40	0,25	107,46	6,43	
Котлеты рыбные										80
Пюре картофельное										120
Хлеб пшеничный										70
Суп с крупой (рисовой) со сметаной										200
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	244	4,19	4,42	46,73	0,91	0,07	0,02	15,25	1,50	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 220	31,48	32,37	200,80	31,33	0,65	0,43	224,80	10,75	



МЕНЮ

21.03.2024 четверг

Дети от 1 до 3 лет

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	434	22,46	7,86	68,50	5,60	0,25	0,14	73,32	5,22	
Хлеб пшеничный										50
Суп крестьянский										150/5
Плов из птицы (филе)										120
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	235	5,17	7,59	36,41	1,30	0,11	0,09	58,62	1,70	
Чай с лимоном										150
Оладьи										60
Итого за день:	1 007	36,65	24,38	160,22	7,22	0,53	0,37	227,02	9,76	



МЕНЮ

21.03.2024 четверг

Дети от 3 до 7 лет

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	539	30,23	9,44	83,32	7,52	0,35	0,20	90,25	6,84	
Хлеб пшеничный										70
Суп крестьянский										200
Плов из птицы (филе)										160
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	387	9,29	12,87	58,30	1,67	0,20	0,17	102,48	2,40	
Чай с лимоном										150
Оладьи										120
Итого за день:	1 276	49,44	31,97	197,33	10,47	0,76	0,54	314,77	13,38	



Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

22.03.2024 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	525	22,07	12,04	82,33	3,93	0,50	0,26	92,39	8,78	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										150
Гречка по купечески										120
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	153	8,93	5,53	16,70	0,92	0,02	0,10	79,30	1,14	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										60/5
Итого за день:	1 057	40,65	30,65	154,72	5,17	0,68	0,51	264,98	12,80	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
22.03.2024 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	600	26,32	13,70	93,04	5,07	0,60	0,32	110,87	10,05	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										200
Гречка по купечески										150
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	242	14,51	9,71	24,16	0,95	0,04	0,17	129,22	1,34	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										100/5
Итого за день:	1 292	52,75	37,43	186,30	6,45	0,86	0,66	357,59	14,59	



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

25.03.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	271	9,28	12,03	31,40	1,05	0,31	0,20	140,39	3,26	
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	675	27,15	24,41	86,69	85,81	0,48	0,36	187,00	9,37	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										90
Котлета мясная										80
Капуста тушеная										150
Компот из сушеных яблок										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:	1 324	49,58	49,25	170,42	87,94	0,88	0,65	541,14	14,98	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
26.03.2024 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	164	4,33	8,05	18,63		0,14	0,06	23,90	2,52	
Хлеб пшеничный										50
Масло (порциями)										10
Обед	654	26,72	17,26	97,98	7,07	0,37	0,25	95,79	6,87	
Рассольник										200
Хлеб пшеничный										70
Макаронник с мясом										160
Компот из сушеных яблок										150
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:	1 322	43,13	43,07	190,62	7,63	0,79	0,52	277,31	13,97	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий



МЕНЮ
27.03.2024 среда

Дети от 1 до 3 лет

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	420	18,19	9,28	66,35	13,80	0,32	0,18	94,57	5,53	
Хлеб пшеничный										50
Курица, тушенная с овощами										180
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	167	8,20	6,26	19,61	0,10	0,02	0,11	65,41	0,38	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										50
Итого за день:	864	32,91	22,14	133,97	14,23	0,45	0,42	242,55	8,08	



Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

27.03.2024 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	504	24,34	11,03	76,95	15,13	0,39	0,22	108,19	6,92	
Хлеб пшеничный										70
Курица тушенная с овощами										200
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Компот из сушеных яблок										150
Полдник	243	13,37	9,59	25,96	0,16	0,04	0,17	109,17	0,54	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										80
Итого за день:	1 120	47,47	28,75	168,20	15,67	0,65	0,57	324,97	11,31	



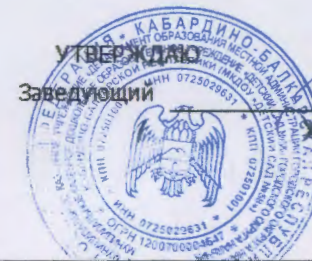
Хачемизова Ф.Б. /

МЕНЮ

29.03.2024 пятница

Дети от 1 до 3 лет

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	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	349	12,00	8,10	57,25	4,32	0,24	0,11	63,50	4,96	
Хлеб пшеничный										70
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Тефтели мясные со сметанной подливой										60
Компот из сушеных яблок										150
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:	894	26,50	22,15	147,38	5,99	0,52	0,39	290,53	9,85	



МЕНЮ

29.03.2024 пятница

Дети от 3 до 7 лет

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	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	499	18,64	16,35	69,47	6,14	0,31	0,19	96,98	5,85	
Хлеб пшеничный										70
Тефтели мясные со сметанной подливой										80/80
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Компот из сушеных яблок										150
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:	1 086	34,77	31,81	165,07	8,04	0,63	0,53	374,22	10,87	