

МКДОУ "Детский сад №958"



Ф.Б. Качемизова
Качемизова Ф.Б.

МЕНЮ 04.09.2023 понедельник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Вес (г)
Завтрак	272	
Масло (порциями)		5
Чай с сахаром		150
Каша "Ассорти"		150
Хлеб пшеничный		20
Второй завтрак	83	
Печенье		40
Обед	476	
Хлеб пшеничный		50
Суп картофельный с горохом		170
Компот из свежих яблок		150
Гречка по купечески		100
Полдник	368	
Чай с сахаром		150
Оладьи		120
Итого за день:	1199	

МКДОУ "Детский сад №58"



МЕНЮ

04.09.2023 понедельник

Категория: Дети от 3 до 7 лет
Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Вес (г)
Завтрак	312	
Хлеб пшеничный		20
Каша "Ассорти"		200
Чай с сахаром		160
Масло (порциями)		8
Второй завтрак	83	
Печенье		40
Обед	505	
Хлеб пшеничный		50
Суп картофельный с горохом		200
Компот из свежих яблок		150
Гречка по купечески		150
Полдник	368	
Чай с сахаром		150
Оладьи		120
Итого за день:	1 268	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий



МЕНЮ

05.09.2023 вторник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Вес (г)
Завтрак	205	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке		150
Чай с сахаром		150
Хлеб пшеничный		20
Масло (порциями)		8
Второй завтрак	67	
Хлеб пшеничный		20
Масло (порциями)		8
Обед	360	
Хлеб пшеничный		50
Свекольник		170
Голубцы ленивые с соусом сметанным		150
Компот из свежих яблок		150
Полдник	163	
Хлеб пшеничный		30
Суп молочный с макаронными изделиями		170
Итого за день:	795	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий



МЕНЮ 05.09.2023 вторник

Категория: Дети от 3 до 7 лет
Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Вес (г)
Завтрак	238	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке		200
Хлеб пшеничный		20
Чай с сахаром		160
Масло (порциями)		8
Второй завтрак	67	
Хлеб пшеничный		20
Масло (порциями)		8
Обед	418	
Свекольник		200
Хлеб пшеничный		50
Голубцы ленивые с соусом сметанным		120/30
Компот из свежих яблок		150
Полдник	201	
Хлеб пшеничный		30
Суп молочный с макаронными изделиями		200
Итого за день:	924	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий



МЕНЮ 06.09.2023 среда

Категория: Дети от 1 до 3 лет
Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Вес (г)
Завтрак	230	
Чай с лимоном		150
Хлеб пшеничный		20
Каша манная молочная/сладкая		150
Второй завтрак	90	
Вафли		25
Обед	501	
Хлеб пшеничный		50
Суп крестьянский		170
Компот из свежих яблок		150
Макаронник с мясом		150
Полдник	231	
Чай с лимоном		150/7/3,5
Пирожок с повидлом		50
Итого за день:	1 052	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий



МЕНЮ
06.09.2023 среда

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Вес (г)
Завтрак	311	
Чай с лимоном		150
Хлеб пшеничный		30
Каша манная молочная/сладкая		200
Второй завтрак	90	
Вафли		40
Обед	540	
Хлеб пшеничный		50
Суп крестьянский		200
Компот из свежих яблок		150
Макаронник с мясом		160
Полдник	281	
Чай с лимоном		150/7/3,5
Пирожок с повидлом		65
Итого за день:	1 222	



МЕНЮ

07.09.2023 четверг

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	188	7,16	10,13	17,06	0,44	0,07	0,20	60,58	2,57	
Омлет натуральный										65
Чай с лимоном										150
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										60
Обед	438	17,99	14,84	57,98	90,57	0,27	0,20	111,62	5,88	
Хлеб пшеничный										50
Рассольник										170
Котлета мясная										60
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										100
Полдник	220	4,38	6,19	36,70	0,25	0,04	0,06	59,24	1,13	
Чай с сахаром										150
Пудинг манный										120
Итого за день:	870	29,76	31,37	117,09	130,86	0,39	0,47	239,89	10,73	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий



МЕНЮ

07.09.2023 четверг

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	205	7,24	11,98	17,19	0,46	0,07	0,20	63,75	2,57	
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										20
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										60
Обед	574	24,17	19,98	74,38	110,74	0,34	0,27	164,83	7,22	
Хлеб пшеничный										50
Котлета мясная										80
Рассольник										200
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										150
Полдник	275	5,65	8,45	44,03	0,36	0,05	0,10	83,03	1,22	
Чай с сахаром										150
Пудинг манный										150
Итого за день:	1 078	37,29	40,62	140,95	151,16	0,47	0,58	320,06	12,16	



МЕНЮ

08.09.2023 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	244	5,83	7,82	37,51	1,25	0,12	0,16	114,09	2,06	
Масло (порциями)										5
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										20
Каша ячневая вязкая молочная										150
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	349	14,44	9,89	50,69	69,70	0,23	0,14	49,65	4,51	
Хлеб пшеничный										50
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский"										150
Тефтели мясные с сметанным соусом										70
Полдник	139	4,91	4,20	20,36	0,42	0,09	0,13	100,69	1,56	
Хлеб пшеничный										20
Суп молочный с гречневой крупой										170
Итого за день:	815	28,00	26,06	117,15	71,37	0,46	0,45	274,63	8,86	



МЕНЮ

08.09.2023 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	261	6,61	8,21	40,30	1,38	0,14	0,17	130,07	2,15	
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	336	13,32	11,85	43,76	70,94	0,15	0,12	39,09	3,10	
Хлеб пшеничный										20
Тефтели мясные с сметанным соусом										80
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский"										200
Полдник	156	5,67	4,82	22,35	0,52	0,10	0,16	122,16	1,69	
Хлеб пшеничный										20
Суп молочный с гречневой крупой										200
Итого за день:	836	28,42	29,03	115,00	72,84	0,41	0,47	301,52	7,68	



Ф.Б. Зачемизова
Зачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

11.09.2023 понедельник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	228	8,52	9,17	27,88	0,65	0,24	0,14	105,23	3,67	
Масло (порциями)										5
Чай с лимоном										150
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Хлеб пшеничный										30
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	443	17,32	15,07	59,38	69,46	0,31	0,16	54,32	5,07	
Хлеб пшеничный										50
Шницель мясной										50
Компот из свежих яблок										150
Каша пшенная вязкая (гарнир)										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Полдник	264	7,73	10,77	33,99	1,10	0,09	0,29	196,42	0,57	
Булочка домашняя										50
Кефир										150
Итого за день:	1 009	37,87	37,98	128,65	71,49	0,69	0,64	469,57	10,31	



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Ханемизова Ф.Б.

МЕНЮ

11.09.2023 понедельник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	259	9,48	11,32	29,80	0,76	0,26	0,18	128,94	3,82	
Масло (порциями)										5
Чай с лимоном										150
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										200
Хлеб пшеничный										30
Второй завтрак	93	5,15	3,13	11,10	0,28	0,08	0,06	117,90	1,50	
Бутерброды с сыром										30/10
Обед	550	21,04	19,76	71,89	71,42	0,38	0,21	66,21	6,12	
Хлеб пшеничный										50
Шницель мясной										70
Компот из свежих яблок										150
Каша пшенная вязкая (гарнир)										150
Суп картофельный с крупой рисовой										200
Полдник	281	9,46	11,66	34,62	1,33	0,13	0,35	239,51	0,76	
Кефир										180
Булочка домашняя										60
Итого за день:	1 183	45,13	45,87	147,41	73,79	0,85	0,80	552,56	12,20	



Хачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

12.09.2023 вторник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	256	6,66	8,12	39,01	0,46	0,14	0,13	107,06	2,31	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	514	22,23	14,94	72,63	93,04	0,34	0,29	123,64	7,13	
Свекольник										200
Голубцы ленивые										160
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Полдник	218	8,31	5,34	34,12	0,52	0,20	0,19	136,09	3,32	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с гречневой крупой										200
Итого за день:	1 078	39,79	32,31	156,91	94,02	0,76	0,65	380,48	14,26	



Хачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

12.09.2023 вторник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	241	6,07	7,75	36,77	0,40	0,13	0,13	95,79	2,23	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Обед	434	18,56	13,68	59,29	87,50	0,30	0,23	115,32	6,36	
Свекольник										150
Хлеб пшеничный										70
Голубцы ленивые с соусом сметанным										120/30
Компот из свежих яблок										150
Полдник	162	5,85	4,40	24,73	0,42	0,13	0,14	106,02	2,19	
Хлеб пшеничный										30
Суп молочный с гречневой крупой										170
Итого за день:	904	32,13	29,54	127,57	88,32	0,60	0,53	325,49	11,66	

МКДОУ "Детский сад №58"



Хачемизова Ф.Б.
Хачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

13.09.2023 среда

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	259	6,55	8,62	38,84	0,35	0,14	0,13	82,41	3,08	
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	340	15,05	10,74	45,75	70,52	0,23	0,15	56,63	4,90	
Хлеб пшеничный										50
Котлета мясная										60
Компот из свежих яблок										150
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Полдник	240	4,75	4,22	45,67	0,36	0,06	0,03	15,66	1,44	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	929	27,15	24,28	150,29	71,23	0,44	0,31	157,20	9,42	

МКДОУ "Детский сад №58"



Хачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

13.09.2023 среда

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	298	8,16	9,30	45,41	0,46	0,17	0,16	103,53	3,48	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										200
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	458	20,01	16,36	57,78	71,49	0,31	0,22	70,59	6,37	
Котлета мясная										80
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой (рисовой) со сметаной										200
Полдник	240	4,75	4,22	45,67	0,36	0,06	0,03	15,66	1,44	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 086	33,72	30,58	168,89	72,31	0,55	0,41	192,28	11,28	



МЕНЮ

15.09.2023 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	295	7,26	9,25	45,76	0,40	0,15	0,14	97,57	2,80	
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	477	18,63	12,44	72,55	69,56	0,43	0,22	74,56	7,81	
Хлеб пшеничный										50
Суп картофельный с горохом										170
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										100
Полдник	217	4,00	4,65	39,72	0,44	0,05	0,04	35,79	1,22	
Чай с лимоном										150
Оладьи										60
Итого за день:	1 072	32,71	30,49	166,62	70,40	0,65	0,42	218,13	12,56	



МЕНЮ

15.09.2023 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	365	9,27	9,91	59,65	0,46	0,20	0,15	111,23	3,13	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										200
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	545	23,42	11,09	87,72	71,44	0,53	0,28	101,19	9,63	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										200
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										150
Полдник	371	7,28	6,99	69,82	0,50	0,09	0,06	51,55	1,60	
Чай с лимоном										150
Оладьи										120
Итого за день:	1364	42,79	32,14	225,78	72,40	0,84	0,51	274,18	15,09	



Ф.Б. Жачемизова
Жачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

18.09.2023 понедельник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	207	6,44	8,10	27,16	0,35	0,17	0,13	93,34	2,99	
Масло (порциями)										5
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	433	18,53	13,71	59,01	91,61	0,33	0,24	111,10	6,88	
Свекольник										150
Котлета мясная										60
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										90
Полдник	255	9,29	5,68	41,44	0,47	0,11	0,07	128,06	2,67	
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										30
Макароны, запеченные с сыром										100
Итого за день:	978	37,08	31,64	136,20	92,43	0,63	0,46	342,70	13,28	

МКДОУ "Детский сад №58"



Жаченизова Ф.Б.

МЕНЮ

18.09.2023 понедельник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	218	6,64	10,04	25,34	0,37	0,17	0,14	100,49	2,04	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										200
Хлеб пшеничный										20
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	589	24,53	22,44	72,27	123,40	0,42	0,36	184,86	8,53	
Свекольник										200
Котлета мясная										80
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										100
Полдник	350	12,85	9,14	53,88	0,26	0,15	0,10	215,23	3,03	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Макароны, запеченные с сыром										150
Итого за день:	1 240	46,84	45,77	160,08	124,03	0,76	0,62	510,79	14,33	



МЕНЮ

19.09.2023 вторник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	188	7,14	10,13	17,01	0,14	0,07	0,20	59,95	2,57	
Омлет натуральный										65
Чай с сахаром										150
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	554	23,16	14,01	83,79	71,54	0,39	0,22	87,35	7,35	
Хлеб пшеничный										90
Рассольник										150
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										120
Полдник	275	5,65	8,45	44,03	0,36	0,05	0,10	83,03	1,22	
Чай с сахаром										150
Пудинг манный										150
Итого за день:	1 041	36,18	32,80	150,18	111,64	0,52	0,53	238,77	12,29	



МЕНЮ

19.09.2023 вторник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	205	7,22	11,98	17,14	0,16	0,07	0,20	63,12	2,57	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
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	656	27,84	17,99	95,54	73,22	0,43	0,29	97,61	7,96	
Хлеб пшеничный										90
Рассольник										200
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										160
Полдник	275	5,65	8,45	44,03	0,36	0,05	0,10	83,03	1,22	
Чай с сахаром										150
Пудинг манный										150
Итого за день:	1 160	40,94	38,63	162,06	113,34	0,56	0,60	252,21	12,90	



МЕНЮ

21.09.2023 четверг

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	236	5,61	8,42	34,47	0,35	0,10	0,12	77,08	2,45	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшеничная вязкая молочная										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		-2,50		
Вафли										25
Обед	498	16,30	16,26	71,70	73,00	0,24	0,13	79,89	5,31	
Хлеб пшеничный										50
Борщ со свежей капустой										150
Компот из свежих яблок										150
Биточки рыбные с томатным соусом										110
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	208	3,86	4,61	37,65	1,52	0,05	0,04	39,93	0,66	
Чай с лимоном										150/7/3,5
Оладьи										60
Итого за день:	1 032	26,57	29,99	163,85	74,87	0,40	0,29	199,39	8,42	



МЕНЮ

21.09.2023 четверг

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	275	7,22	9,10	41,04	0,46	0,13	0,15	98,20	2,85	
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	618	20,90	20,85	86,80	75,68	0,31	0,17	103,17	6,76	
Биточки рыбные с томатным соусом										120
Хлеб пшеничный										70
Борщ со свежей капустой										200
Компот из свежих яблок										150
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	333	6,17	6,86	61,49	1,58	0,08	0,06	54,10	0,93	
Чай с лимоном										150/7/3,5
Оладьи										120
Итого за день:	1316	35,09	37,51	209,36	77,72	0,53	0,38	257,97	10,54	



Чемизова Ф.Б.

МЕНЮ

22.09.2023 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	233	5,80	7,11	36,34	0,65	0,10	0,12	98,19	2,10	
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										20
Каша ячневая вязкая молочная										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	402	16,32	11,83	57,58	70,80	0,28	0,16	74,41	5,65	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский"										150
Тефтели мясные со сметанной подливой										120
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:	866	30,42	24,25	131,49	111,57	0,57	0,46	313,75	11,65	



Ф.Б. Фамилия
Фамилия Ф.Б.

МЕНЮ

22.09.2023 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	247	6,33	7,68	38,11	0,76	0,11	0,14	119,33	2,11	
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	452	17,91	14,32	63,00	72,28	0,31	0,19	79,95	5,93	
Хлеб пшеничный										70
Тефтели мясные со сметанной подливой										160
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский"										200
Полдник	240	9,50	6,27	36,47	0,73	0,20	0,23	175,61	2,83	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										200
Итого за день:	963	33,97	28,48	142,93	113,37	0,63	0,57	383,34	12,01	



МЕНЮ

25.09.2023 понедельник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	218	7,47	8,63	27,50	0,35	0,20	0,14	102,21	3,36	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
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	477	21,90	12,29	69,77	4,52	0,38	0,16	79,72	5,96	
Кисель										150
Хлеб пшеничный										70
Котлета мясная (курица) с сметанным соусом										90
Каша пшенная вязкая (гарнир)										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Полдник	283	7,54	10,08	40,49	0,42	0,09	0,23	167,22	0,60	
Кефир										155
Булочка домашняя										50
Итого за день:	1 052	41,21	33,97	145,16	5,57	0,72	0,58	462,76	10,91	



МЕНЮ

25.09.2023 понедельник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	255	9,07	11,11	29,67	0,76	0,25	0,17	129,93	3,71	
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	564	27,03	15,52	79,07	5,88	0,42	0,19	88,84	6,67	
Кисель										150
Хлеб пшеничный										70
Котлета мясная (курица) с сметанным соусом										110
Каша пшенная вязкая (гарнир)										150
Суп картофельный с крупой рисовой										200
Полдник	283	7,54	10,08	40,49	0,42	0,09	0,23	167,22	0,60	
Кефир										155
Булочка домашняя										50
Итого за день:	1176	47,94	39,68	156,63	7,34	0,81	0,64	499,59	11,98	



Жачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

26.09.2023 вторник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	241	6,07	7,75	36,77	0,40	0,13	0,13	95,79	2,23	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Обед	420	16,97	12,06	60,93	94,88	0,32	0,23	119,58	6,49	
Свекольник										150
Хлеб пшеничный										70
Голубцы ленивые с соусом сметанным										120/30
Компот из свежих яблок										150
Полдник	219	8,10	7,34	30,29	0,52	0,20	0,19	132,93	3,17	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с гречневой крупой										155
Итого за день:	947	32,79	30,86	134,77	95,80	0,69	0,58	356,65	12,76	



МЕНЮ

26.09.2023 вторник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	256	6,66	8,12	39,01	0,46	0,14	0,13	107,06	2,31	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	485	19,70	15,27	67,39	101,65	0,36	0,27	134,78	7,03	
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:	1 079	38,29	35,38	152,09	102,73	0,81	0,67	410,63	14,37	

МЕНЮ

27.09.2023 среда

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет



Хачемизова Ф.Б.
Хачемизова Ф.Б.

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	259	6,55	8,62	38,84	0,35	0,14	0,13	82,41	3,08	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	551	17,82	15,15	85,58	94,78	0,45	0,25	106,07	7,39	
Хлеб пшеничный										90
Пюре картофельное										120
Компот из свежих яблок										150
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Котлеты рыбные										60
Полдник	263	6,42	6,12	45,60	0,67	0,08	0,12	71,61	1,02	
Булочка с повидлом										50
Какао с молоком										150
Итого за день:	1 163	31,59	30,59	190,05	95,80	0,68	0,50	262,59	11,49	



Исмаилов Ф.Б.

МЕНЮ

27.09.2023 среда

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	298	8,16	9,30	45,41	0,46	0,17	0,16	103,53	3,48	
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	476	17,27	13,64	71,06	71,57	0,31	0,17	72,04	6,43	
Хлеб пшеничный										90
Котлеты рыбные										80
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой (рисовой) со сметаной										200
Полдник	263	6,42	6,12	45,60	0,67	0,08	0,12	71,61	1,02	
Булочка с повидлом										50
Какао с молоком										150
Итого за день:	1 127	32,65	29,76	182,10	72,70	0,57	0,45	249,68	10,92	



ИЗОВА Ф.Б.

МЕНЮ 28.09.2023 четверг

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	269	7,06	7,52	43,20	0,40	0,13	0,14	97,05	2,54	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Обед	499	25,76	8,66	79,46	71,36	0,36	0,19	83,56	7,37	
Суп крестьянский										150/5
Хлеб пшеничный										90
Плов из птицы (филе)										120
Компот из свежих яблок										150
Полдник	182	9,12	7,94	18,38	0,46	0,03	0,13	62,77	1,12	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										60/5
Итого за день:	1 017	43,59	27,83	147,82	72,22	0,56	0,49	251,73	11,90	



Ф.Б. Фемизова
Фемизова Ф.Б.

МЕНЮ

28.09.2023 четверг

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	287	7,36	9,18	43,70	0,76	0,13	0,14	108,56	2,55	
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										30
Каша манная молочная/сладкая										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	561	31,31	9,87	86,57	73,03	0,41	0,23	89,89	7,94	
Хлеб пшеничный										90
Суп крестьянкий										200
Плов из птицы (филе)										160
Компот из свежих яблок										150
Полдник	234	15,42	8,68	23,61	0,51	0,04	0,20	131,24	1,40	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										100/5
Итого за день:	1 172	56,68	31,64	165,03	74,30	0,66	0,61	343,38	13,39	



МЕНЮ

29.09.2023 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	294	7,00	8,97	46,24	0,35	0,14	0,13	87,03	2,80	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	521	20,41	13,29	80,04	69,56	0,48	0,24	85,43	8,82	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										150
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										120
Полдник	223	5,43	5,01	38,97	2,42	0,06	0,04	71,69	7,04	
Оладьи										60
Чай с лимоном										150/7/3,5
Итого за день:	1 121	35,66	31,42	173,84	72,33	0,70	0,43	254,35	19,39	

МКДОУ "Детский сад №58"

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий



МЕНЮ

29.09.2023 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	365	9,27	9,91	59,65	0,46	0,20	0,15	111,23	3,13	
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	545	23,42	11,09	87,72	71,44	0,53	0,28	101,19	9,63	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										200
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										150
Полдник	348	7,74	7,26	62,81	2,48	0,09	0,06	85,86	7,31	
Оладьи										120
Чай с лимоном										150/7/3,5
Итого за день:	1 341	43,25	32,41	218,77	74,38	0,84	0,51	308,49	20,81	



МЕНЮ

29.09.2023 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	294	7,00	8,97	46,24	0,35	0,14	0,13	87,03	2,80	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	521	20,41	13,29	80,04	69,56	0,48	0,24	85,43	8,82	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										150
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										120
Полдник	223	5,43	5,01	38,97	2,42	0,06	0,04	71,69	7,04	
Оладьи										60
Чай с лимоном										150/7/3,5
Итого за день:	1 121	35,66	31,42	173,84	72,33	0,70	0,43	254,35	19,39	