

Утверждаю  
 Заведующий Детский сад № 9 г.Агрыз  
 Н.Б.Красноперова

**МЕНЮ 10.03.2026**

**Завтрак(общее)**

1.	Каша полтавская молочная с маслом	150/200
2.	Кофейный напиток	180/200
3.	Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3 30/7/5
	Килокалорий	339,3 417,96
10.00	Молоко	100/110
	Килокалорий	46,0 51,0

**Обед**

Салат из свеклы отварной 30/50

1.	Суп из овощей на м/к бульоне со сметаной	150/5 200/6
2.	Ежики мясные паровые, пюре картофельное	50/70 110/130
3.	Компот из сухофруктов	150/180
4.	Хлеб ржаной	32/40
	Килокалорий	555,63 760,72

**Полдник, ужин**

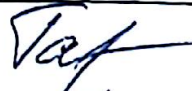

1.	Пудинг рыбный с соусом	80/100
2.	Салат из горошка зеленого с луком	30/50
3.	Хлеб пшеничный	25/35
4.	Чай с лимоном	180/200
5.	Печенье	12/12
	Килокалорий	422,07 553,75
	Итого килокалорий	1363,0 1783,43

Повар: Гараева А.В.


Составила: Ахтямова М.С.



утверждаю  
 Заведующий Детский сад № 9 г.Агрыз  
 \_\_\_\_\_ Н.Б.Красноперова

<b>МЕНЮ 11.03.2026</b>		
<b>Завтрак(общее)</b>		
1.	Каша геркулесовая молочная с маслом	150/200
2.	Чай с молоком с сахаром	180/200
3.	Бутерброд с маслом	25/5 30/5
	Килокалорий	325,5 393,3
10.00	Сок	125/125
	Килокалорий	91,0 91,0
<b>Обед</b>		
	Икра морковная	30/50
1.	Суп с рисом и картофелем с мясными фрикадельками	150/10 200/10
2.	Котлеты рубленые из птицы, макароны отварные	50/110 70/130
3.	Компот из свежих яблок	180/200
4.	Хлеб ржаной	32/40
	Килокалорий	494,22 652,66
<b>Полдник</b>		
1.	Ряженка	100/110
2.	Картофель тушеный, яйцо вареное	110/ 1шт 130/ 1шт
3.	Плюшка Новомосковская	40/50
2.	Хлеб пшеничный	25/35
3.	Напиток из шиповника	150/180
	Килокалорий	503,1 640,3
	<b>Итого килокалорий</b>	1413,82 1777,26
<b>Повар: Гараева А.В.</b>		 
<b>Составила: Ахтямова М.С.</b>		

Утверждаю  
 Заведующий Детский сад № 9 г.Агрыз  
 Н.Б.Красноперова

<b>МЕНЮ 12.03.2026</b>		
<b>Завтрак(общее)</b>		
1.	Каша манная молочная с маслом	150/200
2.	Кофейный напиток	180/200
3.	Бутерброд с сыром, с маслом	25/5/3 30/7/5
	Килокалорий	384,6 484,22
10.00	Молоко	100/110
	Килокалорий	151,1 157,8
<b>Обед</b>		
	Салат Пестрый	30/50
1.	Щи со свежей капустой с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150/5 200/5
2.	Жаркое по-домашнему с фаршем	130/160
3.	Чай с сахаром	180/200
4.	Хлеб ржаной	32/40
	Килокалорий	510,0 699,5
<b>Полдник</b>		
1.	Рыба, запеченная в омлете	110/130
2.	Хлеб пшеничный	25/35
3.	Напиток из шиповника	150/180
4.	Вафли	1шт/1шт
5.	Яблоко	85/100
	Килокалорий	387,0 455,37
	<b>Итого килокалорий</b>	1432,7 1797,22
Повар: Гараева А.В.		
Составила: Ахтямова М.С.		

Утверждаю  
 Заведующий Детский сад № 9 г.Агрыз  
 Н.Б.Красноперова

**МЕНЮ 13.03.2026**

**Завтрак(общее)**

1.	Каша пшеничная молочная с маслом	150/200
2.	Какао с молоком	180/200
3.	Бутерброд с маслом	25/5 30/5
	Килокалорий	333,58 404,14
10.00	Сок	125/125
	Килокалорий	40,00 40,00

**Обед**

Салат картофельный с зеленым горошком 30/50

1.	Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5 200/10/6
2.	Плов из курицы	130/160
3.	Компот из сухофруктов	150/180
4.	Хлеб ржаной	32/40
	Килокалорий	550,00 697,22

**Полдник, ужин**

1.	Кефир	100/110
2.	Рагу с курицей	120/145
3.	Чай с сахаром с лимоном	180/200
4.	Хлеб пшеничный	30/35
5.	Печенье	1шт /1шт
	Килокалорий	458,94 631,98
	<b>Итого килокалорий</b>	1382,52 1773,34

**Повар:** Гараева А.В.

**Составила:** Ахтямова М.С.

*Гар*  
*АВ*