

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

МЕНЮ 12.01.2026		
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		
1.	Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5 200/10/6
2.	Плов из курицы	130/160
3.	Компот из сухофруктов	180/200
4.	Хлеб ржаной	35/50
	Килокалорий	550,00 697,22
Полдник, ужин		
1.	Крекер, кефир	10/100 10/110
2.	Рагу с курицей	120/145
3.	Чай с сахаром с лимоном	180/200
4.	Хлеб пшеничный	30/35
	Килокалорий	458,94 631,98
	Итого килокалорий	1382,52 1773,34
Повар: Гараева А.В.		
Составила: Ахтямова М.С.		

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

МЕНЮ 13.01.2026			
Завтрак(общее)		ясли	сад
1.	Каша «Дружба» молочная с маслом	150	200
2.	Чай с сахаром	180	200
3.	Бутерброд с маслом	25/5	30/5
	Килокалорий	270,1	383,4
10.0	Сок	95	125
	Килокалорий	66,3	91,0
Обед			
	Салат из свежей капусты	30	50
1.	Суп вермишелевый с картофелем и курицей	150/10	200/10
2.	Тефтели из говядины с соусом томатным, каша гречневая вязкая	50/10 110	70/10 130
3.	Напиток из свежих яблок	180	200
4.	Хлеб ржаной	35	50
	Килокалорий	529,39	682,66
Полдник, ужин			
1.	Катык	100	100
2.	Голубцы ленивые в сметано-томатном соусе	140/15	150/20
3.	Чай с сахаром	180	200
4.	Хлеб пшеничный	30	35
5.	Булочка домашняя	50	50
	Килокалорий	499,3	581,1
	Итого килокалорий	1365,09	1738,16
Повар: Гараева А.В.		 	
Составила:Ахтямова М.С.			

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

МЕНЮ 14.01.2026		
Завтрак(общее)		
1.	Каша ячневая молочная с маслом	150/200
2.	Какао с молоком	180/200
3.	Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3 30/7/5
	Килокалорий	339,3 417,96
10.00	Яблоко	85/100
	Килокалорий	47,0 49,0
Обед		
	Салат из свеклы	30/50
1.	Суп из овощей с курицей со сметаной	150/10/5 200/15/6
2.	Ежики мясные паровые, пюре картофельное	50/70 110/130
3.	Компот из сухофруктов	180/200
4.	Хлеб ржаной	35/50
	Килокалорий	555,63 760,72
Полдник, ужин		
1.	Молоко	100/110
2.	Пудинг рыбный с соусом	80/100
3.	Салат из горошка зеленого с луком	30/50
4.	Хлеб пшеничный	30/35
5.	Чай с сахаром с лимоном	180/200
6.	Печенье	10/10
	Килокалорий	421,07 555,75
	Итого килокалорий	1363,0 1783,43
Повар: Гараева А.В.		
Составила: Ахтямова М.С.		

МЕНЮ 15.01.2026

Завтрак(общее)

1.	Каша геркулесовая молочная с маслом	150/200
2.	Чай с сахаром	180/200
3.	Бутерброд с маслом	25/5
		30/5
	Килокалорий	325,5
10.00		393,3
	Сок	85/125
	Килокалорий	53,0
		91,0

Обед

	Салат из моркови	30/50
1.	Суп с рисом и картофелем с мясными фрикадельками	150/10
2.	Котлеты рубленые из птицы, макароны отварные	200/10
		50/110
3.	Компот из свежих яблок	70/130
4.	Хлеб ржаной	180/200
		35/50
	Килокалорий	494,22
		652,66

Полдник

1.	Ряженка	100/110
2.	Картофель тушеный, яйцо вареное	110/ ½
		130/ 1
3.	Плюшка Новомосковская	40/50
2.	Хлеб пшеничный	30/35
3.	Напиток из шиповника	180/200
	Килокалорий	503,1
		640,3
	Итого килокалорий	1375,82
		1777,26

Повар: Гараева А.В.

Составила: Ахтямова М.С.

Гар
А



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

МЕНЮ 16.01.2025		
Завтрак(общее)		
1.	Каша рисовая 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	Яблоко	85/100
	Килокалорий	45,0 53,2
Обед		
	Салат Пестрый	30/50
1.	Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне со сметаной	150/5 200/5
2.	Жаркое по-домашнему с фаршем	130/160
3.	Чай с сахаром	180/200
4.	Хлеб ржаной	35/50
	Килокалорий	510,0 699,5
Полдник		
1.	Молоко	100/110
2.	Запеканка из творога	110/130
3.	Хлеб пшеничный	30/35
4.	Напиток из шиповника	180/200
5.	Вафли	25/30
	Килокалорий	493,1 560,30
	Итого килокалорий	1432,7 1797,22
Повар: Гараева А.В.		
Составила: Ахтямова М.С.		