

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

**МЕНЮ 16.03.2026**

**Завтрак(общее)**

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	Ряженка	100/110
	Килокалорий	55,6 59,0

**Обед**

Икра морковная 30/50

1.	Рассольник Ленинградский на м/к бульоне со сметаной	150/5 200/5
2.	Макаронник с фаршем с соусом сметанным	130/140 15/20
3.	Компот из сухофруктов	150/180
4.	Хлеб ржаной	32/40
	Килокалорий	571,4 738,22

**Полдник, ужин**

1.	Расстегай с рыбой и яйцом	80/90
3.	Кисель	150/180
4.	Вафли	1шт/1шт
	Килокалорий	444,4 560,5
	<b>Итого килокалорий</b>	1396,9 1751,02

**Повар:** Гараева А.В.

**Составила:** Ахтямова М.С.

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

**МЕНЮ 17.03.2026**

**Завтрак(общее)**

1.	Каша ячневая молочная с маслом	150/200
2.	Кофейный напиток с молоком	180/200
3.	Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3 30/7/5
	Килокалорий	313,0 381,22
10.00	Сок, яблоко	125/125
	Килокалорий	91,0 91,0

**Обед**

Салат из отварной свеклы 30/50

1.	Суп картофельный с горохом на м/к бульоне с гренками	150/10 200/10
2.	Биточки рубленые из говядины с соусом, пюре картофельное	50/10/110 70/20/130
3.	Компот из свежих яблок	180/200
4.	Хлеб ржаной	32/40
	Килокалорий	661,54 833,22

**Полдник**

1.	Молоко	100/110
2.	Пудинг из творога с рисом с повидлом	110/10 130/20
2.	Вафли	1шт/1шт
3.	Чай с сахаром и лимоном	180/200
4.	Хлеб пшеничный	25/35
	Килокалорий	427,94 564,98
	<b>Итого килокалорий</b>	1493,48 1870,42

**Повар: Гараева А.В.**

**Составила: Ахтямова М.С.**

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

**МЕНЮ 18.03.2026**

**Завтрак(общее)**

1.	Суп молочный с вермишелью	180/200
2.	Чай с сахаром	180/200
3.	Бутерброд с маслом	25/5 30/5
	Килокалорий	358,0 398,4
10.00	Катык	100/110
	Килокалорий	54,3 62,1

**Обед**

	Салат картофельный с соленым огурцом	30/50
1.	Борщ со свежей капустой, картофелем, на м/к бульоне, со сметаной	150/5 200/5
2.	Плов гречневый с фаршем	130/160
3.	Компот из сухофруктов	150/180
4.	Хлеб ржаной	32/40
	Килокалорий	526,0 721,22

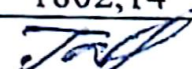
**Полдник**

1.	Рагу с курицей	120/145
2.	Напиток их шиповника	150/180
3.	Хлеб пшеничный	25/35
4.	Ватрушка с повидлом	40/50
5.	Яблоко	85/100
	Килокалорий	585,0 705,5
	<b>Итого килокалорий</b>	1523,3 1887,22

**Повар:** Гараева А.В.

**Составила:** Ахтямова М.С.

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

<b>МЕНЮ 19.03.2026</b>		
<b>Завтрак(общее)</b>		
1.	Каша манная молочная с маслом	150/200
2.	Какао с молоком	180/200
3.	Бутерброд с маслом	25/5 30/5
	Килокалорий	318,33 382,94
10.00	Сок, яблоко	125/125
	Килокалорий	91,0 91,0
<b>Обед</b>		
	Салат картофельный с зеленым горошком	30/50
1.	Суп-лапша домашняя с мясными фрикадельками	150/15 200/15
2.	Ежики рыбные с рисом в томатном соусе, пюре картофельное	60/30/110 60/30/130
3.	Час с сахаром	180/200
4.	Хлеб ржаной	32/40
	Килокалорий	558,95 672,7
<b>Полдник</b>		
1.	Кефир	100/110
2.	Суфле из творога с молоком сгущенным	100/10 150/20
2.	Печенье	1шт/1шт
3.	Кисель	150/180
4.	Хлеб пшеничный	25/35
	Килокалорий	480,8 655,5
	<b>Итого килокалорий</b>	1449,08 1802,14
<b>Повар: Гараева А.В.</b>		
<b>Составила: Ахтямова М.С.</b>		