

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

МЕНЮ 19.01.2026		
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	Яблоко	85/100
	Килокалорий	45,0 53,2
Обед		
	Салат из свежей капусты	30/50
1.	Рассольник Ленинградский с курицей со сметаной	150/10/5 200/15/5
2.	Биточки куриные «Солнышко», макароны отварные	50/110 70/130
3.	Компот из сухофруктов	180/200
4.	Хлеб ржаной	35/50
	Килокалорий	571,4 738,22
Полдник,ужин		
1.	Ряженка	100/110
2.	Гречка с фаршем и овощами	110/130
2.	Хлеб пшеничный	30/35
3.	Кисель	180/200
4.	Булочка сдобная	40/50
	Килокалорий	500,0 619,5
	Итого килокалорий	1441,9 1804,22
Повар: Гараева А.В.		
Составила:Ахтямова М.С.		

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

МЕНЮ 20.01.2026

Завтрак(общее)

1.	Каша ячневая молочная с маслом	150/200
2.	Кофейный напиток с молоком	180/200
3.	Бутерброд с маслом	25/5
		30/5
	Килокалорий	313,0
		381,22
10.00	Сок	85/125
	Килокалорий	49,0
		91,0

Обед

Салат из свеклы отварной

30/50

1.	Суп картофельный с горохом с курицей с гренками	150/10/10
		200/10/10
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	35/50
	Килокалорий	661,54
		833,22

Полдник

1.	Молоко	100/110
2.	Пудинг из творога с рисом с повидлом	110/10
		130/20
2.	Печенье	10/10
3.	Чай с сахаром и лимоном	180/200
4.	Хлеб пшеничный	30/35
	Килокалорий	427,94
		564,98
	Итого килокалорий	1451,48
		1870,42

Повар: Гараева А.В.

Составила: Ахтямова М.С.



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

МЕНЮ 21.01.2026

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 из моркови

30/50

1.	Борщ со свежей капустой, картофелем, на курином бульоне, со сметаной	150/5 200/5
2.	Плов гречневый с фаршем	130/160
3.	Компот из сухофруктов	180/200
4.	Хлеб ржаной	35/50
	Килокалорий	526,0 721,22

Полдник

1.	Рагу с курицей	120/145
2.	Напиток их шиповника	180/200
3.	Хлеб пшеничный	30/35
4.	Ватрушка с повидлом	40/50
5.	Мандарины	85/100
	Килокалорий	585,0 705,5
	Итого килокалорий	1523,3 1887,22

Повар: Гараева А.В.

Составила:Ахтямова М.С.

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



МЕНЮ 22.01.2026

Завтрак(общее)

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	85/125
	Килокалорий	42,0 91,0

Обед

Салат «Витаминный»

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	35/50
	Килокалорий	558,95 672,7

Полдник

1.	Кефир	100/110
2.	Суфле из творога с молоком сгущенным	100/10 150/20
2.	Печенье	10/10
3.	Кисель	180/200
4.	Хлеб пшеничный	30/35
	Килокалорий	480,8 655,5
	Итого килокалорий	1400,08 1802,14

Повар: Гараева А.В.

Составила: Ахтямова М.С.

МЕНЮ 23.01.2023

Завтрак(общее)

1.	Каша рисовая молочная с маслом	150/200
2.	Кофейный напиток с молоком	180/200
3.	Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3 30/7/5
	Килокалорий	330,6 420,32
10.00	Молоко	100/110
	Килокалорий	46,3 51,0

Обед

Салат из свеклы и моркови

30/50

1.	Суп крестьянский на курином бульоне, со сметаной	150/11/6 200/22/7
2.	Гуляш из куриной грудки, каша гречневая вязкая	90/110 90/130
3.	Напиток из сухофруктов	180/200
4.	Хлеб ржаной	35/50
	Килокалорий	643,0 782,72

Полдник

1.	Омлет натуральный	110/130
2.	Ватрушка с творогом	50/50
3.	Напиток из шиповника	180/200
4.	Хлеб пшеничный	30/35
3.	Мандарин	100/100
	Килокалорий	605,8 649,1
	Итого килокалорий	1625,7 1903,14

Повар: Гараева А.В.

Составила: Ахтямова М.С.

Гар
АВ