

**МЕНЮ**

2023 ел (2)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы, “Дуслык” боткасы /Каша Дружба молочная с маслом	150/5	131
Сөтле какао/Какао с молоком	160	73,30
Сыр һәм май белән ак күмәч /Бутерброд с сыром,маслом	25/5/3	119,60
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр /Фрукты свежие	100	36
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Чөгендер салаты / Салат из свеклы	30,00	17,30
Фрикаделькадан умач ашы /Суп картофельный с клецками и мясными фрикадельками.	150/10	164,0
Балыктан кәтлит/Биточки рубленые из рыбы	50	111,40
Бәрәңге боламыгы/Пюре картофельное	110	100,10
Кесәл /Кисель	150	33,34
“Авыл” икмәге /Хлеб сельский	30	66
<b>Көндөзгә аш – Полдник</b>		
Кайнатылган сөт / Молоко кипяченое	110	51
Кондитер ризыгы/Кондитер. изделие (крекер)	10	68
Куертылган баллы сөт, рис белән эремчек пудингы / Пудинг из творога с рисом с мол.сгуш.	130/10	196
Лимонлы баллы чэй/Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	34,50
Кишер салаты/Салат из моркови	30	14
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

**МЕНЮ**

2023 ел (5)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы борай боткасы/Каша полбяная молочная с маслом	150/5	138
Сөтле какао/Какао с молоком	160	73,10
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	25/5	99
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	40
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Кыяр һәм помидор салаты / Салат из свежих помидоров и огурцов	30	24
Бәрәңге һәм фрикаделька белән токмач ашы /Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками	150/10	103
Тавык итеннән пылау / Плов из курицы	130	253,0
Алма компоты /Компот из св. яблок	150	42,10
“Авыл” икмәге /Хлеб сельский	30	66
<b>Көндөзгә аш - Полдник</b>		
Сыр белән пицца/Пицца с сыром	40	177
Кефир	110	54,80
Йомырка тәбәсе/Омлет натуральный	130	142,50
Баллы чэй/Чай с сахаром	160/4	18
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

## МЕНЮ

2023 ел (4)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы, тары боткасы/Каша пшеничная молочная с маслом	150/5	128
Сөтле кәһва/Кофейный напиток с молоком	165,7	55
Сыр һәм май белән ак күмәч /Бутерброд с сыром,маслом	25/5/3	119,60
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр /Фрукты свежие	100	62,30
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Помидор/Помидоры свежие порционно	30	7,20
Ит шулпасында пешерелгән щи, каймак белән/ Щи со св. капустой, картофелем, на м/б и сметаной	150/5	120
Итле бәрэнге/ Жаркое по-домашнему из отварной говядины	150	218,00
Жимеш компоты/Компот из сухофруктов	150	62,50
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	30	66
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Катык	110	54,10
Кондитер ризыгы/Кондитер. изделие (вафли)	20	182
Кишер белән алма салаты /Салат из моркови с яблоками	30	19,80
Куертылган баллы сөт белән эремчек суфлесы/ Суфле из творога с молоком сгуц.	130/10	192
Гөлжимеш эчемлеге/Напиток шиповника	150/4	25,90
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

## МЕНЮ

2023 ел (3)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы солы боткасы /Каша геркулесовая молочная с маслом	150/5	126
Сөт белән баллы чэй /Чай с молоком, сахаром	160/4	74,80
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	25/5	99
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	53
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Кыяр/Огурцы свежие порционно	30	3,39
Фрикаделька, каймак белән чөгендер ашы/Свекольник с мясными фрикадельками со сметаной	150/10/5	80
Күркә итеннән гуляш/Гуляш из индейки	40/40	157,80
Карабодай боткасы/Каша гречневая (вязкая)	110/2,5	116
Өрек компоты/Напиток из урюка	150	52,10
“Авыл” икмәге /Хлеб сельский	30	66
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Ряженка	110	55,60
Юл күмәче/Булочка Дорожная	40	170,80
Ялкау голубцы/Голубцы ленивые	120	133
Баллы чэй /Чай с сахаром	160/4	18
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

**МЕНЮ**

\_\_\_\_\_ 2023 ел (6)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	Ккал.
	10,5	
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы солы боткасы / Каша геркулесовая молочная с маслом	150/5	120
Сөтле баллы чэй/Чай с молоком,сахаром	160/4	74,80
Сыр һәм май белән ак күмәч / Бутерброд с сыром,маслом	25/5/3	119,60
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр/Фрукты свежие	100	40
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Яңа кәбестә салаты/Салат из свежей капусты	30	25,86
Фрикаделька белән пешерелгән бәрәңгеле борчак ашы (грени белән) /Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и грениками	150/10/10	89
“Кояш” тавык итеннән биточкилар/Биточки куриные”Солнышко”	50	127
Суда пешкән токмач /Макарони отварные	110	143
Өректән эчемлек/Напиток из урюка	150	52,10
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	30	66
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Күмәч /Булочка сдобная	40	108
Ряженка	110	55,60
Фарш һәм яшелчәләр белән карабодай боткасы/Гречка с фаршем и овощами	110	200
Баллы чэй/Чай фруктовый	150/6	55
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

**МЕНЮ**

\_\_\_\_\_ 2023 ел (1)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	Ккал.
	10,5	
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле манний боткасы (май белән)/ Каша манная молочная с маслом	150/5	171,10
Баллы чэй/Чай с сахаром	160/4	18
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	25/5	99,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	57
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Яңа кәбестә салаты/Салат из свежей капусты	30	25,86
Тавык итеннән, каймаклы, рассольник ашы /Рассольник ленинградский с курицей и сметаной.	150/10/5	93
Томат соусы белән тефтельләр/Тефтели из говядины с соусом томатным	50/5	73
Суда пешкән макарон /Макарони отварные	110	143,40
Кипкән жиләк-жимеш компоты/Компот из сухофруктов	150	62,50
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	30	66
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Катык	110	54,10
Күмәч / Булочка домашняя	40	137
Тавык итеннән рагу / Рагу с курицей	30/100	144
Баллы чэй/Чай фруктовый	150/6	55
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

## МЕНЮ

2023 ел (8)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	Ккал.
	10,5	
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы, манний боткасы /Каша манная молочная с маслом	150/5	171,10
Сөтле какао/Какао с молоком	180/60	73,10
Сыр һәм май белән ак күмәч/Бутерброд с сыром,маслом	25/5/3	119,60
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр/Фрукты свежие	100	42
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Кыяр/Огурцы свежие порционно	30	3,39
Яңа кәбестәдән пешерелгән борщ, каймак белән/Борщ со свеж.капустой, картофелем на м/б со сметаной	150/5	86
Пешергән итгән плов/Плов из отварной говядины	130	261
Жиләк-жимеш компоты /Компот из сухофруктов	150	62,50
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	30	66
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Катык	110	47,20
Новомосковская күмәче/Плюшка Новомосковская	40	112
Пешкән йомырка/ яйцо вареное	½ шт	31,5
Пешерелгән макарон/Макаронны отварные	80	107
Баллы чэй/Чай с сахаром	160/4	18
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

## МЕНЮ

2023 ел (7)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөт белән тары боткасы (май белән) /Каша пшеничная молочная с маслом	150/5	128,0
Сөтле кәһва/Кофейный напиток с молоком	165/7	55
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	25/5	99
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	47
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Чөгендер салаты / Салат из свеклы	30	17,30
Тавык итеннән, каймаклы, рассольник ашы /Рассольник ленинградский с курицей и сметаной.	150/10/5	93
Балык биточкалары/Биточки рубленные из рыбы	50	111,40
Бәрэнге боламыгы/Пюре картофельное	110	100,10
Кесәл/Кисель	150	33,34
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	30	66
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Кондитер ризыгы/Кондитерские изделия (крекер)	10	61
Кайнатылган сөт/Молоко кипяченое	110	51
Куертылган баллы сөт белән эремчек запеканкасы/Запеканка творожная с молоком сгуц.	130/10	186
Кишер белән алма салаты/Салат из моркови с яблоками	30	19,80
Лимонлы баллы чэй/Чай с сахаром и лимоном	15/4/4	34,50
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

## МЕНЮ

2023 ел (10)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы дөгө боткасы/Каша рисовая молочная с маслом	150/5	112
Сөтле кәһвә/Кофейный напиток с молоком	165/7	55
Сыр һәм май белән күмәч/ Бутерброд с сыром,маслом	25/5/3	119,60
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр/Фрукты свежие	100	60
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Кыяр һәм помидор салаты / Салат из свежих помидоров и огурцов	30	24
Тавык итеннән токмачлы аш/ Суп- лапша домашняя с курицей	150/10	85,80
“Аппетит” котлеты/Котлеты “Аппетитные”	50	122
Яшелчә белән арпа боткасы/Каша перловая с овощами	110/3	157,60
Өрек эчемлеге/Напиток из урюка	150	52,10
“Авыл” икмәге /Хлеб сельский	30	65,90
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Кефир	110	54,80
Бәрэнге тәкәсе/ Пирожок печёный с картофелем	40	185
Йомырка тәбәсе/Омлет натуральный	130	142,50
Баллы чэй/ Чай с сахаром	160/4	18
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

## МЕНЮ

2023 ел (9)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы борай боткасы/Каша полбяная молочная с маслом	150/5	138
Сөтле баллы чэй/Чай с сахаром, молоком	160/4	74,80
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	25/5	99
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	74,0
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Помидор/Помидоры свежие порционно	30	7,20
Итле, каймаклы, бәрэнгеле кәбестә ашы/Щи со св.капустой,картофелем, курицей и сметаной	150/10/5	120
Ит белән бәрэнге запеканкасы/Запеканка картофельная с мясом	130/15	256
Алма компоты/Компот из свежих яблок	150	42,10
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	30	66
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Кондитер ризыгы/Кондитерские изделие (печенье)	20	39
Ряженка	110	55,60
Уалчык белән эремчек запеканкасы/Запеканка из творога с крошкой	130	225
Гөлжимеш эчемлеге/Напиток шиповника	150/4	25,9
Кишер салаты/Салат из моркови	30	14
Ак ипи/Хлеб пшеничный	20	47

