



Утверждено: заведующего МБДОУ №5 «Золотой ключик»

/Е.А.Калбанова

Меню

17 ноября 2025г

Наименование блюда	Вес	в грам	Ашамлык исемлеге
Завтрак	от 1-3л	с 3-7л	
Каша геркулесовая молочная	150/5	180/5	Ярмалы сөтле боткасы
Кофейный напиток	150	180	Кофе эчемләге
Бутерброд с маслом,с сыром	25/5/10	30/5/15	Ак май яралган батон,сыр белән
2-й завтрак			Икенче иртенге аш
Апельсин	100	100	Апельсин
Обед			Төшке аш
Икра кабачковая	40	60	Кабачок уылдыгы
Суп картофельный с клецками на к/б	150	180	Ит шулпасында пешкән белән бәрэнге аши клецки белән
Картофельное пюре	110	130	Бәрэнге боламагы
Птица тушеная с овощами по-татарски	50	70	Татарча яшелчэләр белән пешерелгән тавык
Хлеб пшеничный	30	35	Бодай ипи
Хлеб ржаной	40	45	Арыш икмеге
Напиток из сухофруктов	150	180	Жиләк-жимеш компоты
Полдник			Жиңел аш
Ряженка	150	180	Ряженка
Печенье	20	20	Печенье
Ужин			Кичке аш
Рис отварной рассыпчатый с маслом	110/2	130/2	Таралып торган дөге боткасы
Рыба тушеная с овощами	40/20	50/25	Яшелчэләр белән пешерелгән балык
Хлеб пшеничный	25	30	Бодай ипи
Чай с сахаром	150	180	Боллы чэй
Белки:	Жиры	Углеводы	Килоколлории
46,97/58,4	48,19/61,56	187/213	1369/1626