



7 марта

	наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	185,66	180/5	251,91
	Кофейный напиток с молоком	180/6	90,54	180/6	90,54
	Бутерброд с сыром,с маслом	25 5 5	115,67	30 5 5	128,77
2 завтрак 2 Иртэнге	Сок	125	68	180	94,4
Обед Төшкө аш	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40	37,56	60	56,34
	Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками,со сметаной	150/10/5	93,05	180/10/8	109,16
	Котлеты рыбные с маслом сливочным	50/2	107,2	70/3	144,36
	Макаронные изделия отварные с овощами	110	138,16	130	163,28
	Кисель	150	92,7	180	111,24
	Хлеб пшеничный			25	58,75
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
	Молоко кипяченое	150	80,25	180	96,3
Полдник Йокудан соң аш	Кондитерское изделие	20	90,2	20	90,2
	Каша вязкая гречневая с мясом и овощами	150	201,38	200	268,5
Ужин Кичке аш	Напиток из шиповника	150/5	149,56	180/6	79,38
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

МЕНЮ (1 день)

10 марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша "Дружба"молочная с маслом сливочным	140/3	155,56	180/5	207,6
	Кофейный напиток с молоком	180/6	90,54	180,6	90,54
	Бутерброд с маслом сливочным	25 5	78,3	30 5	111,6
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	47
Обед Төшке аш	Салат из моркови с сахаром	40	14,53	60	21,8
	Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/10	90,56	180/15	114,56
	Котлеты рубленые из говядины	50	124,17	70	173,83
	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	110/2	119,9	130/3	145,86
	Компот из сухофруктов	150	100	180	119,52
	Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	35/15	69,23	45/25	89,1
Полдник Йокедан сон аш	Кисломолочный напиток(кефир)	150	75	180	90
	Кондитерское изделие(вафли)	20	192	20	192
Ужин Кичке аш	Котлеты рыбные	50	89	70	124,56
	Пюре картофельное	120	109,8	140	128,1
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5
	Чай с сахаром	100/5	20,08	180/6	24,1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"
Строкина Н.И.

МЕНЮ (2 день)

11 марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша полбяная мол. с маслом сливочным	140/3	162	180/3	202,64
	Какао с молоком	180/6	106,74	180/6	106,74
	Бутерброд с сыром, с маслом	25 5 5	115,67	30 5 5	128,77
2 завтрак Иртэнге аш	Сок	125	68	180	94,4
Обед Тошке аш	Салат из картофеля с солеными огурцами	40	44,56	60	66,84
	Борщ со свежей капустой , картофелем, со сметаной	150/7	73,59	180/7	86,04
	Тефтели куриные в сметанно- томатном соусе	40/20	90	50/25	112,5
	Макаронные изделия отварные с слив.маслом	110/3	146,42	130/3	155,22
	Компот из яблок	150	85,95	180	103,14
	Хлеб пшеничный	20	47	25	58,75
	Хлеб «Ржаной»	35	69,3	45	89,1
Полдник Йокыдан соң аш	Кондитерское изделие	20	112,35	20	165,5
	Молоко	150	76,5	180	91,8
Ужин Кичке аш	Запеканка творожная с повидлом	100/30	345,5	120/30	418,5
	Чай с сахаром и лимоном	150\5\5	21,78	180/6/7	26,48

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

МЕНЮ (3 день)

12 марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша манная молочная с маслом слив.	140/4	213,96	180/5	274,16
	Бутерброд с маслом слив	25/5	98,5	30 5	111,6
	Чай с сахаром и молоком	170/6	68/66	180/6	72,7
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	47
Обед Төшке аш	Салат из квашеной капусты	40	34,96	60	52,44
	Суп картофельный гороховый на курином бульоне	150	88,95	180	106,74
	Плов из индейки с рисовой крупой	150	229	200	282,55
	Напиток из урюка	150	99,6	180	119,52
	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	35/20	13,86/47	45/20	89,10/47
Полдник Йокедан соң аш	Ряженка	150	80,25	180	96,3
	Булочка дорожная	35	90,2	50	90,2
Ужин Кичке аш	Фрикадельки рыбные отварные	50	55	80	88
	Картофель запеченный	120	172,8	140	201,6
	Напиток из шиповника	150/5	66,15	180/6	79,38
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"
Строкина Н.И.

Меню (4 день)
13 марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша ячневая молочная с маслом слив.	140/3	173,76	180/3	223,41
	Кофейный напиток с молоком	180/6	90,54	180/6	90,54
	Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	25 5 10	106,7	30 5 10	110,8
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Сок	125	43	180	94,4
Обед Тошке аш	Салат из зеленого горошка	30	25,08	50	41,8
	Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне	150	51,45	180	61,74
	Птица, тушеная в соусе с овощами	150	198	200	264
	Компот из сухофруктов	150	73,33	180	68,18
	Хлеб пшеничный			25	58,75
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Полдник Йокыдан сон аш	Кисломолочный напиток	150	83	180	102
Ужин Кичке аш	Омлет натуральный	130	251,03	150	289,66
	Чай с сахаром	150/5	20,08	180/6	24,1
	Хлеб пшеничный	25	58,75	30	70,5



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

Меню (5 день)

14 марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Суп молочный с вермишелью	180	108,00	200	12
	Какао с молоком	150	48,86	180	58,8
	Бутерброд с сыром,маслом сливочным	25/10/5	132,83	30 10 5	146,
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	4
Обед Тошке аш	Винегрет овощной	40	50,04	60	75,0
	Суп из овощей с мясными фрикадельками,со сметаной	150/10/5	99,31	180/11/5	106,1
	Котлеты рубленые из говядины	50	150,76	70	211,0
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами,с маслом сливочным	110/2	116,6	130/2	141,9
	Компот из свежих яблок	150	46,05	180	55,2
	Хлеб пшеничный			25	58,7
	Хлеб ржаной	40	79,2	45	89,
	Кисломоглочный напиток	150	76	180	91,
Полдник Йокыдан сон	Кондитерское изделие	10	83	10	8
Ужин Кичке аш	Элеш с птицей	75	183,75	100	24
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,4

Утверждаю
Заместитель ЗМ/ОЗН № 03650 "Лесхоз"
Степанов Н.В.

Меню (6 день)

17 марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Простое блюдо	Каша пшеница молочная с маслом сливочным	140/4	175,16	180/5	208,76
	Бутерброд с маслом сливочным	25/2	98,5	30/3	111,8
	Чай с сахаром и молоком	170/6	68,66	180/6	72,7
2 завтрак Простое блюдо	Сок	125	68	180	76
Обед Тяжелое блюдо	Нере. кабачковая	30	20,88	50	34,8
	Рассольник томатный со сметаной	150/3	72,45	180/7	88,56
	Тфтели куриные в сметанно-томатном соусе	40/20	90	50/25	112,5
	Картофель отварной	110	114,62	130	131,66
	Винегрет со свеклой	150	71,34	180	68,16
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
	Хлеб пшеничный			25	58,75
Полдник Ягодный сок	Молоко кипяченое	120	85	180	96,3
	Компот из ягод	20	90,2	30	90,2
Ужин Простое блюдо	Сырники творожные с молоком сметанным	100/20	116	120/30	190,4
	Пюре из картофеля	150/3	62,5	180/6	75,36

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №50 "Лэисэн"
Степанова Н.И.

Меню (7 день)
18 марта

	Наименование блюда	Выход блюда (гр) Энергетическая ценность (ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	173,76	180/3	223,41
	Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67	180/6	42,67
	Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	25/5/10	132,83	30/5	146,1
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	47
Обед Тонгес аш	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40	37,56	60	56,34
	Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки	150	86,55	180	120,08
	Гуляш из отварной индейки	30/30	102,23	40/40	136,31
	Пюре гороховое	110	150,7	140	178,1
	Компот из свежих яблок	150	46,05	180	55,26
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Полдник Йокыдан сон Ужин Кичке аш	Кондитерское изделие(пирожки)	35	128,1	35	128,1
	Кисло-молочный напиток(кефир)	150	75	180	90
	Рыба, тушеная с овощами	40/20	196,18	50/25	245,23
	Рис отварной рассычатый с маслом	110/2	162,47	130/2	192,01
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48
	Хлеб пшеничный			25	58,75

Заведующий отделом
Мещо (8 шт.)
20 марта

	Наименование блюда	Выход блюда (гр)/Эквивалентность ценности (ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Запеканка Презентатив	Котлетная котлетка с маслом сливочным	140,3	191,06	180,3	241,16
	Чай с молоком, с сахаром	180,6	72,7	180,6	72,7
	Пюре картофельное с маслом сливочным	25,3	98,5	30,4	111,6
2 завтрак 1 Вкусняшка	Шурпы с овощами	100	47	100	47
Обед	Салат из отварной курицы	30	23,71	30	42,55
	Суп овощной с картофелем и сметаной	150,10	99,64	180,10	114,78
	Жаркое из говядины с картофелем и сметаной	150	232,86	180	303,43
	Пюре картофельное с маслом сливочным	130	48,18	180	73,33
	Хлеб пшеничный			25	88,95
	Хлеб ржаной	53	69,3	48	89,1
	Кисломолочный напиток	150	76	130	91,8
Полдник	Пирожок с яблоком	130	130,13	150	204
Ужин	Пюре картофельное с маслом сливочным	150,53	21,78	180,53	26,18
Кисель или компот	Чай с сахаром и лимоном				

Seit 1990 wird die Produktion von ...

MTH 110: Calculus I

24 марта

[illegible]

Инструкция МБСДЮУ 38-8891-1105-11
Средства ДП
МЕРПО (2 дроб.)

25 марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр./энергетическая ценность(ккал))			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Прогрессив	Каша пшеница мол. с маслом сливочным	145,7	162	180,3	202,64
	Каша с маслом	185,4	186,75	181,96	186,75
	Булочка с сиропом медовым	25,10,5	115,67	32,10,5	128,77
2 завтрак 2 Прогрессив	Салат	123	68	180	94,4
Обед	Салат из картофеля с овощами, огурцами	40	44,58	60	66,84
Теплое питье	Вареное картофельное пюре с сметаной	150,7	77,54	140,7	80,04
	Таблетки витаминные с сахаром	40,70	48	50,25	112,9
	Макаронные изделия с соусом	110,9	146,42	130,3	155,22
	Компот из яблок	150	85,95	180	107,14
	Чай с сахаром	70	47	25	58,75
	Чай с сахаром	75	69,3	45	89,1
	Чай с сахаром	75	69,3	45	89,1
Полдник Ягодный сок	Биточки с творогом	20	112,53	20	163,3
Ужин Вечерний	Молоко	150	75,5	180	91,8
	Печенье с сахаром	100,10	345,3	120,150	418,3
Всего	Чай с сахаром	150,25	21,78	180,25	28,48

Заведующий МБДОУ №20 "Солнышко"



МЕНЮ (3 дня)
26 марта

	Наименование блюда	Выход блюда (г) / Энергетическая ценность (ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Прозрота Ана	Каша манная молочная с яблоком 610г	1424	711,96	1802	774,16
	Бисквит с малиной 210г	25,9	98,3	30,4	111,8
	Чай с сахаром 1700г	58,56	183,6		72,3
2 завтрак З Мртенец	Фрукты свежие	100	41	100	42
Обед Танюша Ана	Салат из вареной курицы	40	34,96	54	52,44
	Суп картофельный с горошком на курином бульоне	150	49,93	180	106,74
	Пюре из картофеля с разовой вареной	180	276	200	282,55
	Чайное из урюка	150	94,6	180	139,57
	Хлеб пшениш/Хлеб изюмный	15420	12,85/47	4520	89,16/47
	Разносе	350	80,22	180	90,3
Полдник Иванна Ана	Булочки с розмарином	35	90,2	52	90,2
Ужин Кирил Ана	Орешки с разовой отапли	50	55	80	84
	Картофель запеченный	120	112,8	100	204,8
	Бланок из картофеля	15020	66,12	18040	79,28
	Хлеб пшениш	20	40	30	70,3



Меню (4 день)
27 марта

	Полноценная диета	Выход блюд (г/сут./индивидуальная порция)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Ирина 201	Биточки мясные с маслом слив.	142,5	175,16	180,3	223,41
	Бутерброды с колбасой	142,5	90,24	180,3	90,34
	Бутерброды с маслом сливочным и вареньем	24,815	109,7	50,510	112,3
Завтрак Ирина 201	Чай	125	43	180	81,4
Обед Даша 201	Салат овощной с морковью	30	25,08	50	41,4
	Суп картофельный с мясным фаршем и сметаной	150	51,45	180	61,74
	Пюре картофельное с маслом слив.	150	138	200	264
	Сырок из творога	150	73,11	180	66,18
	Хлеб пшеничный			25	26,75
	Хлеб ржаной	35	69,2	45	89,1
	Компот из фруктов	150	83	180	102
Полдник Оксана 201					
Ужин Виктор 201	Овощи тушеные	130	75,15	150	74,55
	Чай с сахаром	150,5	27,08	180,5	34,1
	Хлеб пшеничный	25	58,75	30	70,5

Утверждаю
Заведующий МКБСОН №50 "Воскресенск"
Стрелкина Н.И.

Меню (6 день)

31 марта

	Наименование блюда	Выход блюда (гр) Энергетическая ценность (ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге иш	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	140/4	173,36	180/3	208,70
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,5	30/5	111,6
	Чай с сахаром и молоком	170/6	68,66	180/6	72,7
2 завтрак Иртэнге иш	Сок	125	68	180	76
Обед Тошме иш	Икра кабачковая	30	20,88	50	34,8
	Рассольник капустный со сметаной	150/5	72,45	180/7	88,56
	Голубцы куриные в сметанно-томатном соусе	40/20	90	50/25	112,5
	Пюре картофельное	110	114,62	130	135,46
	Напиток из сухофруктов	150	73,33	180	68,18
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
	Хлеб пшеничный			25	58,75
	Мороженое	150	85	180	96,3
Полдник Учандан сан	Компот из фруктов	20	90,2	30	90,2
Ужин Кичме иш	Сырники творожные с медом	100/20	334	120/30	390,4
	Напиток из цитрусовых	150/5	52,5	180/6	79,38