

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ д/с №52  
"Алтынчэч"  
Шакирова Л.М

МЕНЮ (10 день )  
22 августа

|                                                               | наименование блюда                                                    | грамм<br>1-3 | ккал<br>1-3    | грамм<br>3-7 | ккал<br>3-7    |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------|----------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b><br><b>Иртэнге аш</b>                           | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным                         | 140/3        | 185,66         | 180/3        | 233,1          |
|                                                               | Кофейный напиток с молоком                                            | 180/6        | 42,67          | 180/6        | 42,67          |
|                                                               | Бутерброд с маслом сливочным и сыром                                  | 25/5/10      | 132,83         | 30/5/10      | 145,10         |
| <b>2 завтрак</b><br><b>2 Иртэнге</b>                          | Сок                                                                   | 125          | 52,77          | 180          | 76             |
| <b>Обед</b><br><b>Төшке аш</b>                                | Огурцы свежие порционно                                               | 30           | 3,6            | 50           | 6              |
|                                                               | Суп картофельный с рисовой крупой,с мясными фрикадельками,со сметаной | 150/10/5     | 72,05          | 180/10/5     | 79,6           |
|                                                               | Котлеты рыбные с маслом сливочным                                     | 50/2         | 102,2          | 70/3         | 144,36         |
|                                                               | Макаронные изделия отварные с овощами                                 | 110          | 138,16         | 130          | 163,28         |
|                                                               | Кисель                                                                | 150          | 62,7           | 180          | 75,24          |
|                                                               | Хлеб пшеничный                                                        |              |                | 25           | 58,75          |
|                                                               | Хлеб ржаной                                                           | 35           | 69,3           | 45           | 89,1           |
| <b>Полдник</b><br><b>Йокыдан соң аш</b>                       | Ряженка                                                               | 150          | 76             | 180          | 91,8           |
|                                                               | Булочка "Российская"                                                  | 30           | 88,5           | 30           | 88,5           |
| <b>Ужин</b><br><b>Кичке аш</b>                                | Каша вязкая гречневая с мясом говядины и овощами                      | 150          | 201,38         | 200          | 268,5          |
|                                                               | Напиток из шиповника                                                  | 150/5        | 52,5           | 180/6        | 79,38          |
|                                                               | Хлеб пшеничный                                                        | 20           | 47             | 30           | 70,5           |
|                                                               |                                                                       |              | <b>1194,49</b> |              | <b>1566,78</b> |
| итого за день с 1-3 цена 135,49 руб. ; с 3-7 цена 170,64 руб. |                                                                       |              |                |              |                |