

МЕНЮ

на 10 марта 2026 г.

Наименование блюда 2 день	Выход г		Без нэрсэ ашыйбыз	Выход г 1-3 лет	Выход г 3-7 лет	Б	Ж		У	Энергетическая /Витамин С
	г	г					г	г		
Завтрак:										
Каша манная молочная с маслом	150/3	200/3	Сетле манна боткасы майлы			3,90/5,20	4,38/5,80	19,00/25,20		131,00/173,80
Какао с молоком	160	180	Какао сет белэн			2,00/2,42	2,20/2,58	11,30/13,61		65,16/87,30
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	25/7/3	Бутербродер һәм атланмай белэн			3,50/4,00	5,95/6,00	12,90/12,83		119,60/122,00
Итого:	346	418	Барлығы:			9,40/11,62	12,33/14,38	43,20/51,64		315,76/383,10
2 завтрак:			Икенче иртэнге аш							
Фрукты свежие	85	100	Жүмешләр			0,34/0,34	0,34/0,34	10,50/10,50		47,00/49,00
Итого:	85	85	Барлығы:			0,34/0,34	0,34/0,34	10,50/10,50		47,00/49,00
Обед:			Көндөзгө аш:							
Салат Пёстрый	30	50	Цуар Салат			0,36/0,60	1,50/2,50	2,52/4,20		25,00/42,00
Суп крестьянский с курицей, со сметаной	150/10/5	200/15/5	Тавык, каймак белэн крестьян ашы			3,00/3,50	5,80/7,80	14,70/19,70		121,00/163,00
Ёжики мясные паровые	50	70	Итле пар керпеләре			6,50/8,75	4,86/6,80	10,41/8,15		121,43/170,00
Пюре картофельное	110	130	Берәңгә боламыгы			2,20/3,70	3,30/4,44	15,40/25,00		131,15/155,00
Компот из свежих яблок	150	180	Алма компоты			0,10 / 0,10	0,10/ 0,10	10,20/11,80		42,10/49
Хлеб сельский	30	37,5	Авыл икмәге			1,5/1,8	0,3/0,4	14,3/18		66/82,5
Итого:	688,5	688,5	Барлығы:			13,66/18,45	15,86/22,04	67,53/86,85		506,68/661,50
Полдник:			Жиңгел аш:							
Кондитерские изделия (печенье)	10	10	Кондитер ризыклары (печенье)			3,20/3,20	3,38/3,38	26/27,00		114,00/168,00
Молоко кипяченое	100	110	Кайнаган сөт			2,30/2,50	2,50/2,75	3,60/4,00		46,00/51,00
Суфле из творога с молоком стужённым	110/10	150/20	Куертылган сөтлө эремчектөн Суфле			5,82/9,00	8,10/12,50	15,53/24,00		158,00/245,00
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	180/5/5	Чэй шикәр һәм лимон белэн			0,09 / 0,12	0,01 / 0,01	8,50/10,20		34,50/41,00
Хлеб пшеничный	20	20	Ак ипи			1,6/1,52	0,2/0,16	9,8/9,84		47/47,00
Итого:	398	500	Барлығы:			13,01/16,34	14,19/18,80	63,43/75,04		399,50/552,00
ВСЕГО:	1364,00	1691,5	БАРЛЫГЫ:			36,41/46,75	42,72/55,56	224,03/232,06		1268,94/1645,60

Ст.мед/сестра: С.В. Папилова Сематина Е.В.