



Утверждено:  
Заведующий МБДОУ  
«Алсу» №42 «Алсуныкый цветочек»  
С.М. Бадердинова

Дата: «26 июня» 2023г.

<i>Завтрак</i>	<i>Норма сад / ясли</i>	<i>Иртэнге аш</i>	<i>Энерг.ценность (ккал)</i>
Бутерброд с маслом	30/5; 20/5	Май белән бутерброд	111.49/85.37
Яйцо вареное	1/1	Пешкән йомырка	67.44/67.44
Каша мол. с маслом «Геркулесовая»	200/3;150/3	Геркулес боткасы май белән	230.02/177.48
Чай «Витаминный» полусладкий	200/150	Ярымбаллы витаминлы чай	24.23/18.17
<b>2 завтрак</b>		<b>2 иртэнге аш</b>	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
<b>Обед</b>		<b>Тошке аш(эбәт)</b>	
Салат из отварной свеклы	50/40	Кызыл чөгендер салаты	45.66/36.53
Суп карт. с рыбн. консервами	200/25;150/25	Балык консервасы ашы	110.45/91.74
Фрикадельки «Особые» с соусом	50/50;50/50	«Особые» фрикаделькалары соус белән	185.51/185.51
Макаронные изделия отварные	130/110	Макарон	179.30/151.72
Компот «Фруитово – ягодный» из изюма	200/150	Йөзем компоты	82.64/61.98
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Хлеб «Дарницкий»	1/41.43;1/41.43	Арыш ипие	85.14/85.14
<b>Полдник</b>		<b>Кичке эбәт</b>	
Молоко кипяченое	130/100	Кайнаган сөт	73.10/56.23
<b>Ужин</b>		<b>Кичке аш</b>	
Сырники «Домашние» с соусом	150/50;100/30	«өй» сырниклары соус белән	235.48/148.57
Яблоко	140/110	Алма	49.44/45.32
Чай полусладкий с молоком	200/150	Ярымбаллы чай сөт белән	48.15/36.11
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
<b>Итого:</b>	<b>146.5/116.32</b>		<b>1682.12/1391.44</b>

Старшая медсестра: \_\_\_\_\_ /Гульмамадова Л.Б.  
Зав. производством (шеф-повар): \_\_\_\_\_ /Даминова Э.Г./



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

«Александровский сад №42 «Аленький цветочек»

С.М. Бадертдинова

Дата: «27 июня» 2023г.

<i>Завтрак</i>	<i>Норма сад / ясли</i>	<i>Иртэнге аш</i>	<i>Энерг.ценность (ккал)</i>
Бутерброд с повидлом	30/10/5;20/10/5	Май, повидло б/н бутерброд	134.93/108.80
Каша молочная ячневая с маслом	200/3;150/3	Арпа боткасы май белән	269.98/207.45
Какао с молоком полусладкий	180/150	Ярымбаллы сөтле какао	98.39/81.99
<b>2 завтрак</b>		<b>2 иртэнге аш</b>	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
<b>Обед</b>		<b>Төшке аш(әбәт)</b>	
Винегрет из овощей	50/40	Яшелчә винегреты	69.83/55.87
Щи с мякотью птицы со сметаной	200/15/10;150/15/5	Тавык итеннән щи каймак белән	134.19/112.52
Биточки рыбные «Морячка»	75/50	Балык биточкалары «Морячка»	144.53/71.01
Пюре картофельное	130/110	Бәрэнге измәсе	99.46/84.16
Компот «Фруктово – ягодный» из сухофр	200/150	Жиләк – жимеш компоты	79.92/59.94
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Хлеб «Дарницкий»	1/41.43;1/41.43	Арыш ипие	85.14/85.14
<b>Полдник</b>		<b>Кичке әбәт</b>	
Кефир	150/110	Кефир	79.92/58.61
<b>Ужин</b>		<b>Кичке аш</b>	
Тефтели мясные с соусом	60/30;60/30	Ит тефтелилары соус белән	181.51/181.51
Каша гречневая вязкая	130/110	Карабодай боткасы	139.36/117.92
Чай с лимоном с печеньем	200/7/17;150/7/17	Лимонлы чәй печенье белән	186.87/171.52
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
<b>Итого:</b>	<b>146.5/116.32</b>		<b>1814.35/1509.49</b>

Старшая медсестра: \_\_\_\_\_ /Гульмамадова Л.Б.

Зав. производством (шеф-повар): \_\_\_\_\_ /Даминова Э.Г./



Утверждено:

Заведующий МБДОУ

«Аленький цветочек» Детский сад №42 «Аленький цветочек»

С.М. Балдердинова

## Меню

Дата: «29 июня» 2023г.

<i>Завтрак</i>	<i>Норма сад / ясли</i>	<i>Иртанге аш</i>	<i>Энерг.ценность (ккал)</i>
Бутерброд с сыром	30/5;20/5	Сыр б/н бутерброд	96.59/70.46
Каша молочная манная с маслом	200/5;150/3	Маннй боткасы май белән	205.13/148.88
Какао с молоком полусладкое	180/150	Ярымбаллы какао сөт белән	98.39/81.99
<b>2 завтрак</b>		<b>2 иртанге аш</b>	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
<b>Обед</b>		<b>Тәшке аш(дәвт)</b>	
Салат «Свежесть»	50/40	«Свежесть» салаты	54.17/43.34
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10;150/5	Рассольник каймак белән	95.00/67.27
Котлеты «Татарские»	75/50	«Татар» кәтлите	239.33/156.55
Пюре из бобовых «Янтарное»	130/110	Борчак измәсе	227.34/192.37
Кисель полусладкий	200/150	Ярымбаллы кесәл	86.30/64.73
Хлеб «Рябиноушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Хлеб «Дарницкий»	1/41.43;1/41.43	Арыш ипие	85.14/85.14
<b>Полдник</b>		<b>Кичке дәвт</b>	
Простокваша	150/110	Простокаваша	80.51/59.04
<b>Ужин</b>		<b>Кичке аш</b>	
Апельсин	105/100	Әфлисун	39.06/37.20
Запеканка «Сладкоешка» из творога с соусом	150/15;100/30	«Тәмлетамак» запеканкасы соус белән	232.36/161.87
Чай «Витаминный» полусладкий с печеньем	200/17;150/17	Ярымбаллы витаминлы чәй печенье белән	198.19/179.68
Хлеб «Рябиноушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
<b>Итого:</b>	<b>146.5/116.32</b>		<b>2011.29/1598.68</b>

Старшая медсестра: \_\_\_\_\_ /Гульмамадова Л.Б./

Зав. производством (шеф-повар): \_\_\_\_\_ /Даминова Э.Г./



Утверждено:  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад №42 «Аленький цветочек»  
С.М. Бадердинова

## Меню

Дата: «30 июня» 2023г.

<i>Завтрак</i>	<i>Норма сад / ясли</i>	<i>Иртэнге аш</i>	<i>Энерг.ценность (ккал)</i>
Бутерброд с маслом	30/5;20/5	Май б/н бутерброд	111.49/85.37
Яйцо вареное	1/1	Йомирка	67.44/67.44
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3;150/3	Сөтле тары боткасы май белән	270.04/207.49
Кофейный напиток полусладкий	180/150	Ярымбаллы кәхвә эчемлеге	80.61/67.17
<b>2 завтрак</b>		<b>2 иртэнге аш</b>	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
<b>Обед</b>		<b>Тошке аш(әбәт)</b>	
Салат из картофеля с огурцами солен.	50/40	Тозлы кыяр бн бәрәңге салаты	46.11/36.89
Борщ со сметаной	200/10;150/5	Борщ каймак белән	141.55/123.51
Плов «Золотой петушок»	50/150;50/100	«Алтын этәч»пылавы	319.75/239.58
Напиток «Фруктово – ягодный» из красн.смородины	200/150	Кызыл карлыганнан жиләк – жимеш эчемлеге	78.58/58.94
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Хлеб «Дарницкий»	1/41.43;1/41.43	Арыш ипие	85.14/85.14
<b>Полдник</b>		<b>Кичке әбәт</b>	
Простокваша	150/110	Простокваша	73.10/56.23
<b>Ужин</b>		<b>Кичке аш</b>	
Палочки рыбо – купряные из минтая (мексик. смесь)	2/40;1/40/10	Балык таякчыклары(мекс к. смесь )	35.96/19.49
Пюре картофельное	130/110	Бәрәңге измәсе	99.46/84.16
Чай полусладкий	200/15	Ярымбаллы чәй	62.73/47.38
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
<b>Итого:</b>	<b>146.5/116.32</b>		<b>1988.17/1622.12</b>

Старшая медсестра: \_\_\_\_\_ /Гульмамадова Л.Б./

Зав. производством (шеф-повар): \_\_\_\_\_ /Даминова Э.Г./