

Меню



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
Ваничкова А.Г.

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>13/01</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ДУШӘМБЕ</u> <u>13/01</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	18,64	18,64	Сырлы ак күмәч
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йөмырка
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	192,50	149,34	Сөтле-майлы солы боткасы
Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	74,06	55,54	"Витамин"чәе
<i>ИТОГО</i>			352,64	290,96	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
<i>ИТОГО</i>			42,40	42,40	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат "Капуста квашеная"	50	40	43,51	34,81	Кәбесте салаты
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	106,42	88,73	Балык консервасы белән бәрәңгеле ашы
Котлеты "Челнинские"	75	50	239,33	159,79	Томатлы соуста ит шарчыклары
Макаронные изделия отварные	130	110	183,46	155,24	Пешкән макарон
Напиток "Лимонный"	200	150	98,45	73,84	Лимонлы эчемлеге
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85,14	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>			803,77	645,01	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
<i>ИТОГО</i>			73,10	56,23	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	130	130	53,56	53,56	Алма
Запеканка из творога "Ягодка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	403,68	296,98	Каймак соусы белән эремчек запеканкасы
Чай полусладкий с молоком	200	150	48,15	36,11	Сөтле баллы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			552,85	434,11	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 824,76	1 468,71	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

Меню



Заведующий МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
Ваничкова А.Г

ВТОРНИК 14/01	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		СИШӘМБЕ 14/01
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТӘНГЕ АШ
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	33,10	33,11	Майлы ак күмәч
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	234,22	180,63	Сөтле- майчлы тары боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	98,39	81,99	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>			365,71	295,73	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТӘНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
<i>ИТОГО</i>			42,40	42,40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Салат из свеклы отварной	50	40	54,17	43,34	Пешкән чөгендер салаты
Суп "Гречишное зернышко" с мякотью птицы	200/15	150/10	149,25	116,39	Карабодай ашы
Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		176,51		Минтай балыгыннан ярмалы-балыклы таякчыклар яш.белән
Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)		40/10		93,13	
Пюре картофельное	130	110	99,46	84,16	Бәрәңге боткасы
Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкән жимеш компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85,14	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>			691,91	529,56	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
Кефир	150	110	77,78	57,04	Кефир
<i>ИТОГО</i>			77,78	57,04	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	166,34	166,34	Соуста белән кош итеннән тефтели
Каша перловая вязкая	130	110	125,69	106,35	Перловка боткасы
Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/15	150/7/15	172,26	156,91	Лимонлы чәй печенже белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			511,75	477,06	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 689,55	1 401,79	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)

Меню



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
Ваничкова А.Г.

<u>СРЕДА</u> <u>15/01</u>	<u>Масса порции/ авырлыгы</u>		<u>Энергетическая ценность (ккал)</u>		<u>ЧӘРШӘМБЕ</u> <u>15/01</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	33,10	33,11	Майлы ак күмәч
Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	202,66	156,96	Сөтле майлы манка боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	110,39	91,99	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>			346,15	282,06	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
<i>ИТОГО</i>			42,40	42,40	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат "Солнышко"	50	40	77,65	62,12	"Кояшкай" салаты
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	93,65	66,29	Каймаклы борщ ашы
Плов "Золотой петушок"	50/150	25/125	376,85	260,84	Пылау
Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	150	80,23	60,17	Урюк компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85,14	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>			760,98	582,02	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
Булочка "Детская "	50	50	170,85	170,85	Күмәч
<i>ИТОГО</i>			243,95	227,08	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	130	130	53,56	53,56	Алма
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йөмырка
Картофель "По-деревенски"	130	110	187,33	158,51	Пешкән бәрәңге
Чай полусладкий	200	150	21,50	16,12	Баллы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			377,29	343,09	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 770,77	1 476,65	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

Меню



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
Ваничкова А.Г.

<u>ЧЕТВЕРГ</u> <u>16/01</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u> <u>16/01</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	18,64	18,64	Сырлы ак күмәч
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	230,02	177,48	Сөтле- майчылы тары боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	96,00	80,00	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>			344,66	276,12	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
<i>ИТОГО</i>			42,40	42,40	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат из белокочанной капусты	50	40	47,96	38,37	Кәбәсте салаты
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/10	141,55	100,39	Кош ите белән токмач ашы
Фрикадельки "Особые" с соусом сметанным с томатом	50/50	50/50	183,89	183,89	Томатлы каймаклы соушта ит шарчыклары
Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	227,34	192,37	Боламык
Кисель из концентрата полусладкий	200	150	86,30	64,73	Кесәл
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85,14	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>			819,64	712,35	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Простокваша	150	110	79,92	58,61	Простокваша
<i>ИТОГО</i>			79,92	58,61	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	130	130	53,56	53,56	Алма
Галушки "Снежок"	200	150	442,54	339,42	Эремчек чумары
Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	183,59	165,08	"Витамин"чәе печенже белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			727,15	605,52	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			2 013,77	1 695,00	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

Меню



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
Ваничкова А.Г.

<u>ПЯТНИЦА</u> <u>17/01</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЖОМГА</u> <u>17/01</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	33,10	33,11	Майлы ак күмәч
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йомырка
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	270,04	207,49	Сөтле- майчлы тары боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80,61	67,17	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>			451,19	375,21	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТЭНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
<i>ИТОГО</i>			42,40	42,40	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат "Радужный"	50	40	52,21	41,77	Салат
Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	83,63	64,73	Кош ите белән токмач ашы
Зразы "Школьные"	60	60	177,80	177,80	Зразлар
Каша гречневая вязкая	130	110	143,60	121,51	Карабодай боткасы
Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкән жимеш компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85,14	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>			669,76	598,35	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ЭБӘД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
<i>ИТОГО</i>			73,10	56,23	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	94,43	94,43	Минтай балыгыннан ярмалы-балыклы таякчыклар яш.белән
Пюре картофельное	130	110	99,46	84,16	Бәрәңге боткасы
Чай с лимоном	200/7	150/7	62,73	47,38	Лимонлы чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			304,08	273,43	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 540,53	1 345,62	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)