

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

Меню

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>08/12</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ДУШЭМБЕ</u> <u>08/12</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	78.13	58.13	Сырлы ак күмәч
Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	234.22	180.63	Сөтле- майлы тары боткасы
Чай полусладкий с молоком	200	150	48.15	36.11	Сөтле баллы чай
<u>ИТОГО</u>			360.50	274.87	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТЭНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
<u>ИТОГО</u>			42.40	42.40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Салат "Капуста квашеная"	50	40	43.51	34.81	Кәбесте салаты
Суп картофельный с бобовыми	200	150	102.89	77.17	Борчак ашы
Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	40/50	150.98	125.32	Соуста томалап пешерелгэн кош ите
Каша перловая вязкая	130	110	125.69	106.35	Перловка боткасы
Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	82.64	61.98	Йөзэм 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
<u>ИТОГО</u>			638.31	538.23	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ЭБЭД
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
Булочка дорожная	50	50	195.06	195.06	Юл күмәче
<u>ИТОГО</u>			268.16	251.29	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко	145	145	59.74	59.74	Алма
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67.44	67.44	Пешкэн йөмүрка
Макароны отварные	130	110	183.46	155.24	Пешкэн макарон
Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	80.23	60.17	Урюк компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<u>ИТОГО</u>			438.33	390.05	
<u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u>			1,747.70	1,496.84	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ	158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)		

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

Меню

<u>ВТОРНИК</u> <u>09/12</u>	<u>Масса порции/ авырлыгы</u>		<u>Энергетическая ценность (ккал)</u>		<u>СИШЭМБЕ</u> <u>09/12</u>
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТЭНГЕ АШ
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	93.10	73.11	Майлы ак күмәч
Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	230.98	178.20	Майлыштеле кукуруз боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80.61	67.17	Сөтле кофе
ИТОГО			404.69	318.48	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТЭНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			42.40	42.40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Салат из свеклы отварной	50	40	52.49	41.99	Пешкэн чөгендөр салаты
Суп из овощей со сметаной	200/10	150/10	81.54	65.15	Каймаклы яшелчә ашы
Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	378.63	282.60	Май белән итле бәрәңгэ запеканкасы
Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	66.73	50.05	Ассорти компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85.14	85.14	Кара или
ИТОГО			711.99	572.39	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
Ацидофилин	150	130	80.51	69.78	Ацидофилин
ИТОГО			80.51	69.78	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко	145	145	59.74	59.74	Алма
Галушки "Снежок"	200	150	442.54	389.42	Эремчек чумары
Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	74.06	55.54	"Витамин"чәе
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
ИТОГО			623.80	502.16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1,863.39	1,505.21	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ	158,45 (САД)			125,81(ЯСЛИ)	

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

Меню

<u>СРЕДА</u> <u>10/12</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЧЭРШЭМБЕ</u> <u>10/12</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	78.13	58.13	Сырлы ак күмәч
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	192.50	149.34	Сөтле-майлы солы боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	96.00	80.00	Сөтле какао
ИТОГО			366.63	287.47	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТЭНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			42.40	42.40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Винегрет из овощей	50	40	51.87	41.49	Винегрет
Суп картофельный клещками с мякотью птицы	200/15	150/10	180.76	129.73	Пешерелгэн кош ите белән умач ашы
Котлеты "Челнинские"	75	50	239.68	159.79	Кэтлит
Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	227.34	192.37	Боламык
Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79.92	59.94	Кипкән жимеш 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
ИТОГО			912.17	715.92	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
ИТОГО			73.10	56.23	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Омлет натуральный	105	105	161.50	161.50	Йомырка тәбәсе
Каша гречневая вязкая	130	110	143.60	121.51	Карабодай боткасы
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	21.50	16.12	Сөтле баллы чәй печенже
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
ИТОГО			374.06	346.59	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1,768.36	1,448.61	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)	125,81(ЯСЛИ)	

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

Меню

<u>ЧЕТВЕРГ</u> <u>11/12</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u> <u>11/12</u>
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТӘНГЕ АШ
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	93.10	73.11	Майлы ак күмәч
Суп молочный с рисом	200	150	111.99	84.00	Сөтле дөге аши
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80.61	67.17	Сөтле кофе
ИТОГО			285.70	224.28	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТӘНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			42.40	42.40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Салат из белокочанной капусты	50	40	47.83	38.26	Кәбәсте салаты
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	93.99	66.50	Каймаклы рассольник
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	185.43	185.43	Томатлы каймаклы соуста ит шарчыклары
Макароны отварные	130	110	183.46	155.24	Пешкән макарон
Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	80.23	60.17	Урюк компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85.14	85.14	Кара или
ИТОГО			723.54	638.20	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ЭБӘД
Кефир	150	130	77.78	67.41	Кефир
ИТОГО			77.78	67.41	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Котлеты "Любимые"	75	50	37.76	24.78	Кәтлит
Рагу овощное	130	110	111.77	94.01	Яшелче рагуы
Чай с лимоном	200/7	150/7	62.73	47.38	Лимонлы чай
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
ИТОГО			259.72	213.63	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1,389.14	1,185.92	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ	158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)		

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

Меню

<u>ПЯТНИЦА</u> <u>12/11</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЖОМГА</u> <u>12/12</u>
ЗАВТРАК	SАД	ЯСЛИ	SАД	ЯСЛИ	ИРТӘНГЕ АШ
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	93.10	73.11	Майлы ак күмәч
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67.44	67.44	Пешкән йомырка
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	230.02	177.48	Сөтле-майлы бодай боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	96.00	80.00	Сөтле какао
ИТОГО			486.56	398.03	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТӘНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			42.40	42.40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Салат "Солнышко"	50	40	76.72	61.38	Кишер салаты
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	91.90	64.93	Каймаклы борщ аши
Биточки рыбные "Морячка"	75	50	144.53	71.01	Балық биточкалары
Пюре картофельное	130	110	95.27	80.62	Бәрәңгे боткасы
Кисель из концентрата полусладкий	200	150	86.30	64.73	Кесәл
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85.14	85.14	Кара или
ИТОГО			627.32	475.27	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ЭБӘД
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
ИТОГО			73.10	56.23	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Апельсин	110	110	40.92	40.92	Әфлисүн
Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	166.29	166.29	Соуста белән кош итеннән тефтели
Каша ячневая вязкая	130	110	117.47	99.40	Арпа боткасы
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	152.93	147.56	Баллырак чәй, печенже
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
ИТОГО			525.07	501.63	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1,754.45	1,473.56	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ	158,45 (САД)			125,81(ЯСЛИ)	