

Меню

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

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>10/11</u>	<u>Масса порции/</u> <u>авырлыгы</u>		<u>Энергетическая</u> <u>ценность</u> <u>(ккал)</u>		<u>ДУШӘМБЕ</u> <u>10/11</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	<u>САД</u>	<u>ЯСЛИ</u>	<u>САД</u>	<u>ЯСЛИ</u>	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	78.13	58.13	Сырлы ак күмәч
Каша молочная пшеница 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
<i>ИТОГО</i>			360.50	274.87	
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 "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 пешерелгән кош ите
Каша перловая вязкая	130	110	125.69	106.35	Перловка боткасы
Компот "Фрукто-ягодный" из изюма	200	150	82.64	61.98	Йөзем 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>			638.31	538.23	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
Булочка дорожная	50	50	195.06	195.06	Юл күмәче
<i>ИТОГО</i>			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	Пешкән йөмырка
Макарон отварные	130	110	183.46	155.24	Пешкән макарон
Напиток "Фрукто-ягодный" из урюка	200	150	80.23	60.17	Урюк компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			438.33	390.05	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1,747.70	1,496.84	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

Меню УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ «Детский сад №78 «Ёлочка» _____Ваничкова А.Г					
ВТОРНИК 11/11	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		СИШЭМБЕ 11/11
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	Майлы-сөтле кукуруз боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80.61	67.17	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>			404.69	318.48	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТЭНГЕ 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	52.49	41.99	Пешкән чөгөндер 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 бәрәңге запеканкасы
Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150	66.73	50.05	Ассорти 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>			711.99	572.39	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
Ацидофилин	150	130	80.51	69.78	Ацидофилин
<i>ИТОГО</i>			80.51	69.78	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко	145	145	59.74	59.74	Алма
Галушки "Снежок"	200	150	442.54	339.42	Эремчек чумары
Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	74.06	55.54	“Витамин”чәе
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			623.80	502.16	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1,863.39	1,505.21	
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>12/11</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЧӨРШӘМБЕ</u> <u>12/11</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ 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
<i>ИТОГО</i>			366.63	287.47	
<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>
Винегрет из овощей	50	40	51.87	41.49	Винегрет
Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	180.76	129.73	Пешерелгән кош ите белән умач ашы
Котлеты "Челнинские"	75	50	239.68	159.79	Кәтлит
Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	227.34	192.37	Боламык
Напиток "Фруктово-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
<i>ИТОГО</i>			912.17	715.92	
<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>
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
<i>ИТОГО</i>			374.06	346.59	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1,768.36	1,448.61	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

 УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ «Детский сад №78 «Ёлочка» _____ Ваничкова А.Г.							
<u>ЧЕТВЕРГ</u> <u>13/11</u>		Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u> <u>13/11</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 дөгә ашы
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	Кәбәстә 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 "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
ИТОГО			723.54	638.20	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
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	Яшелчә рагуы
Чай с лимоном	200/7	150/7	62.73	47.38	Лимонлы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
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>14/11</u>		Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЖОМГА</u> <u>14/11</u>	
<u>ЗАВТРАК</u>		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>	
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
<i>ИТОГО</i>			486.56	398.03	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТЭНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
<i>ИТОГО</i>			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 ашы
Биточки рыбные "Морячка"	75	50	144.53	71.01	Балык биточкалары
Пюре картофельное	130	110	95.27	80.62	Бэрэңге боткасы
Кисель из концентрата полусладкий	200	150	86.30	64.73	Кесэл
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>			627.32	475.27	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ЭБЭД
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
<i>ИТОГО</i>			73.10	56.23	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко	145	145	59.74	59.74	Алма
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 чэй, печенже
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			543.89	520.45	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1,773.27	1,492.88	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)	125,81 (ЯСЛИ)	