

Меню

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

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>19/01</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ДУШӘМБЕ</u> <u>19/01</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
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>			412.13	330.45	
<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 бобовыми	200	150	104.47	78.36	Борчак ашы
Котлеты "Челнинские"	75	50	239.33	159.79	Кәтлит
Макаронные изделия отварные	130	110	183.46	155.24	Пешкән макарон
Напиток "П-я" 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>			783.60	620.97	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>			73.10	56.23	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	145	145	59.74	59.74	Алма
Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	400.68	290.55	Повидло белән эремчек пудингы
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>			556.03	433.86	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1,867.26	1,483.91	
<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>ВТОРНИК</u> <u>20/01</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>СИШЭМБЕ</u> <u>20/01</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
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	234.22	180.63	Сөтле- майчылы тары боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	98.39	81.99	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>			425.71	335.73	
<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 из свеклы отварной	50	40	54.17	43.34	Пешкән чөгендер салаты
Суп "Гречишное зернышко" с мякотью птицы	200/15	150/10	149.25	106.16	Карабодай ашы
Палочки рыбо-крупяные из минтая	Feb-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	519.33	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Ряженка	150	130	127.31	110.33	Ряженка
<i>ИТОГО</i>			127.31	110.33	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
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	200/7/18	150/7/18	194.17	178.82	Лимонлы чэй печенже белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			533.66	498.97	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1,820.99	1,506.76	
<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>СРЕДА</u> <u>21/01</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЧӨРШӘМБЕ</u> <u>21/01</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	93.10	73.11	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>			406.15	322.06	
<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 из моркови с сахаром	50	40	31.49	25.20	Баллы кишер 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	261.09	Пылау
Напиток "Лимонный"	200	150	98.45	73.84	Лимонлы эчемлек
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>			733.04	559.02	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөт
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	145	145	59.74	59.74	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>			383.47	349.27	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1,809.01	1,499.83	
<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>22/01</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u> <u>22/01</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 пшеничная с маслом	200/3	150/3	230.02	177.48	Сөтле- майчлы тары боткасы

Какао с молоком полусладкое	180	150	96.00	80.00	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>			404.15	315.61	
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 белокочанной капусты	50	40	47.96	38.37	Кәбәсте салаты
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	141.55	123.51	Кош ите белән токмач ашы
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	185.51	185.51	Томатлы каймаклы соуста 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>			821.26	737.09	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
Простокваша	150	130	79.92	69.26	Простокваша
<i>ИТОГО</i>			79.92	69.26	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Апельсин	110	110	40.92	40.92	Әфлисүн
Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	403.68	296.98	Каймак соусы белән эремчек запеканкасы
Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	205.49	186.99	“Витамин”чәе печенже белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			697.55	572.35	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			2,045.28	1,736.71	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)

 УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ «Детский сад №78 «Ёлочка» _____ Ваничкова А.Г					
<u>ПЯТНИЦА</u> <u>23/01</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЖОМГА</u> <u>23/01</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ 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 рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	198.97	154.19	Сөтле-майлы дөгә боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80.61	67.17	Сөтле кофе

<i>ИТОГО</i>			440.12	361.91	
<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 "Бобовое зернышко"	50	40	60.13	48.11	Салат
Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	83.63	64.73	Каймаклы тары ашы
Котлеты "Татарские" с овощами (мекс.смесь)	50/25		168.74		Кәтлит мекс.смесь белән
Котлеты "Татарские"		50		156.55	Кәтлит
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>			668.62	583.44	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>			73.10	56.23	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Фрикадельки рыбные "Капелька"с соусом томатным	50/30	50/30	94.38	94.38	Томатлы соушта балык шарчыклары
Пюре картофельное	130	110	99.46	84.16	Бәрәңге боткасы
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
<i>ИТОГО</i>			304.03	273.38	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1,528.27	1,317.36	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)