

Меню

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

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>20/10</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ДУШӘМБЕ</u> <u>20/10</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>			<i>412.13</i>	<i>330.45</i>	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
<i>ИТОГО</i>			<i>42.40</i>	<i>42.40</i>	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат из белокочанной капусты	50	40	47.83	38.26	Кәбестә салаты
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	64.04	48.13	Балык консервасы белән бәрәңгеле ашы
Котлеты "Челнинские"	75	50	239.33	159.79	Кәтлит
Макаронны 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>			<i>765.71</i>	<i>607.86</i>	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
<i>ИТОГО</i>			<i>73.10</i>	<i>56.23</i>	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фрукта Яблоко	145	145	59.74	59.74	Мандарин
Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	400.68	290.55	Повидло белән эрәмчек 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>			<i>556.03</i>	<i>433.86</i>	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			<i>1,849.37</i>	<i>1,470.80</i>	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			<i>158,45 (САД)</i>		<i>125,81 (ЯСЛИ)</i>

Меню

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

<u>ВТОРНИК</u> <u>21/10</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>СИШЭМБЕ</u> <u>21/10</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 күмөч
Каша молочная пшеница с маслом	200/3	150/3	234.22	180.63	Сөтлө- майчы тары боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	98.39	81.99	Сөтлө какао
<i>ИТОГО</i>			<i>425.71</i>	<i>335.73</i>	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТЭНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
<i>ИТОГО</i>			<i>42.40</i>	<i>42.40</i>	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Помидоры свежие	35	20	6.43	3.67	Яшелчэ маринады
Суп "Гречишное зернышко" с мякотью птицы	200/15	150/10	144.87	113.10	Карабодай ашы
Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		176.51		Минтай балыгыннан ярмалы-балыкы таякчыклар яш.белән
Палочки рыбо-крупяные из минтая с овош.(мексик см)		40/10		93.13	
Пюре картофельное	130	110	91.61	77.52	Бэрэңге 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>			<i>631.94</i>	<i>479.96</i>	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ЭБЭД</u>
Кефир	150	110	77.78	57.04	Кефир
<i>ИТОГО</i>			<i>77.78</i>	<i>57.04</i>	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	166.29	166.29	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 чай печенже белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			<i>533.61</i>	<i>498.92</i>	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			<i>1,711.44</i>	<i>1,414.05</i>	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			<i>158.45 (САД)</i>		<i>125.81 (ЯСЛИ)</i>

Меню УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ «Детский сад №78 «Ёлочка» _____Ваничкова А.Г					
СРЕДА 22/10	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ЧЭРШЭМБЕ 22/10
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	93.10	73.11	Майлы ак күмөч
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
ИТОГО			406.15	322.06	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТЭНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			42.40	42.40	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат из моркови с сахаром	50	40	30.20	24.16	Баллы кишер салаты
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	91.46	64.43	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
ИТОГО			711.34	542.20	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ЭБЭД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөтө
Булочка "Детская "	50	50	170.85	170.85	Күмөч
ИТОГО			243.95	227.08	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фрукта Яблоко	145	145	59.74	59.74	Мандарин
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67.44	67.44	Пешкэн йөмырка
Картофель "По-деревенски"	130	110	173.74	147.01	Пешкэн бэрэңге
Чай полусладкий	200	150	21.50	16.12	Баллы чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
ИТОГО			369.88	337.77	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1,773.72	1,471.51	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

Меню УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ «Детский сад №78 «Ёлочка» _____Ваничкова А.Г.					
ЧЕТВЕРГ 23/10	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ПЭНЖЕШЭМБЕ 23/10
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	78.13	58.13	Сырлы ак күмөч

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>			<i>404.15</i>	<i>315.61</i>	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
<i>ИТОГО</i>			<i>42.40</i>	<i>42.40</i>	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат "Свежесть"	50	40	49.27	39.42	"Свежесть" салаты
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	141.47	123.45	Кош ите белән токмач ашы
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	185.43	185.43	Томатлы 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>			<i>822.41</i>	<i>738.00</i>	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Простокваша	150	110	79.92	58.61	Простокваша
<i>ИТОГО</i>			<i>79.92</i>	<i>58.61</i>	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фрукта Яблоко	145	145	59.74	59.74	Мандарин
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 печенжә белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			<i>716.37</i>	<i>591.17</i>	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			<i>2,065.25</i>	<i>1,745.79</i>	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			<i>158,45 (САД)</i>		<i>125,81 (ЯСЛИ)</i>

		УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ «Детский сад №78 «Ёлочка» _____ Ваничкова А.Г			
<u>ПЯТНИЦА</u> <u>24/10</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЖОМГА</u> <u>24/10</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 ячневая с маслом	200/3	150/3	235.01	181.33	Сөтле-майлы арпа боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80.61	67.17	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>			476.16	389.05	
<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>
Огурец свежий порциями	30	20	9.86	6.57	Өлешле свежий кыяр
Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	82.13	63.59	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>			616.85	540.76	
<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>
Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	94.38	94.38	Томатлы соуста балык шарчыклары
Пюре картофельное	130	110	91.61	77.52	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>			296.18	266.74	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1,504.69	1,295.18	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)