Меню

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

ПОНЕДЕЛЬНИК 27/10	**Масса порции/ авырлыгы**		**Энергетическая ценность (ккал)**		**ДҮШӘМБЕ 27/10**
ЗАВТРАК	**САД**	**ЯСЛИ**	**САД**	**ЯСЛИ**	**ИРТӘНГЕ АШ**
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 чәй
ИТОГО			**360.50**	**274.87**	
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	"Кояшкай" салаты
Суп картофельный с бобовыми	200	150	101.66	76.25	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 "Плодово-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
ИТОГО			**670.29**	**563.88**	
ПОЛДНИК					**КИЧКЕ ӘБӘД**
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
Булочка дорожная	50	50	195.06	195.06	Юл күмәче
ИТОГО			**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
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 ипи
ИТОГО			**438.33**	**390.05**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			**1,779.68**	**1,522.49**	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			**158,45 (САД)**		**125,81(ЯСЛИ)**

Меню

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

ВТОРНИК 28/10	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		СИШӘМБЕ 28/10
ЗАВТРАК	**САД**	**ЯСЛИ**	**САД**	**ЯСЛИ**	**ИРТӘНГЕ 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
ИТОГО			**404.69**	**318.48**	
2 ЗАВТРАК					**2 ИРТӘНГЕ АШ**
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			**42.40**	**42.40**	
ОБЕД					**ТӨШКЕ АШ**
Помидоры свежие	35	20	6.43	3.67	Свежий помидор
Суп из овощей со сметаной	210/10	150/10	80.32	64.23	Каймаклы яшелчә ашы
Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом	180/5	130/5	372.62	278.38	Май белән итле бәрәңге запеканкасы
Напиток "Плодово-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
ИТОГО			**658.70**	**528.93**	
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	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
ИТОГО			**623.80**	**502.16**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			**1,810.10**	**1,461.75**	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			**158,45 (САД)**		**125,81(ЯСЛИ)**

Меню

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

СРЕДА 29/10	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ЧӘРШӘМБЕ 29/10
ЗАВТРАК	**САД**	**ЯСЛИ**	**САД**	**ЯСЛИ**	**ИРТӘНГЕ АШ**

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 ИРТӘНГЕ АШ**
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			**42.40**	**42.40**	
ОБЕД					**ТӨШКЕ АШ**
Винегрет из овощей	50	40	51.80	41.44	Винегрет
Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	179.39	128.71	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 "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79.92	59.94	Кипкән җимеш 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			**910.73**	**714.85**	
ПОЛДНИК					**КИЧКЕ ӘБӘД**
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
Оладьи	50	50	123.38	123.38	Коймак
ИТОГО			**196.48**	**179.61**	
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	200	150	21.50	16.12	Сөтле баллы чәй печенҗе
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
ИТОГО			**374.06**	**346.59**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			**1,890.30**	**1,570.92**	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			**158,45 (САД)**		**125,81(ЯСЛИ)**

Меню

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

ЧЕТВЕРГ 30/10	**Масса порции/ авырлыгы**		**Энергетическая ценность (ккал)**		**ПӘНҖЕШӘМБЕ** 30/10
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 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	Кәбестә салаты
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	92.08	64.96	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 ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85.14	85.14	Кара ипи
ИТОГО			**721.63**	**636.66**	
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	109.75	92.87	Яшелче 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			**257.70**	**212.49**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			**1,385.21**	**1,183.24**	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			**158,45 (САД)**		**125,81(ЯСЛИ)**

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

Меню

ПЯТНИЦА 31/10	**Масса порции/ авырлыгы**		**Энергетическая ценность (ккал)**		**ҖОМГА** 31/10
ЗАВТРАК	**САД**	**ЯСЛИ**	**САД**	**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 из свежих огурцов	50	40	59.91	47.92	Свежий кыяр салаты
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	91.46	64.43	Каймаклы борщ ашы
Биточки рыбные "Морячка"	75	50	144.53	71.01	Балык биточкалары
Пюре картофельное	130	110	91.61	77.52	Бәрәңге боткасы
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
ИТОГО			**606.41**	**458.21**	
ПОЛДНИК					**КИЧКЕ ӘБӘД**
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
ИТОГО			**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 чәй, печенҗе
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
ИТОГО			**543.89**	**520.45**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			**1,752.36**	**1,475.32**	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			**158,45 (САД)**		**125,81(ЯСЛИ)**

Меню

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

СУББОТА 01/11	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		**ШИМБӘ 01/11**
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТӘНГЕ АШ
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
ИТОГО			*412.13*	*330.45*	
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	Кәбестә салаты
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	67.35	50.50	Балык консервасы белән бәрәңгеле ашы
Котлеты "Челнинские"	75	50	239.33	159.79	Кәтлит

Макароны отварные	130	110	183.26	155.06	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
ИТОГО			*768.82*	*610.05*	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
ИТОГО			*73.10*	*56.23*	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фрукта 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
ИТОГО			*556.03*	*433.86*	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			*1,852.48*	*1,472.99*	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			*158,45 (САД)*		*125,81(ЯСЛИ)*