

Меню

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

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>29/12</u>	Масса порции/ авырлығы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ДУШӘМБЕ</u> <u>29/12</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
Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	74.06	55.54	"Витамин"чәе
<u>ИТОГО</u>			344.69	263.01	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
<u>ИТОГО</u>			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 рыбными консервами	200/25	150/25	67.35	50.50	Балық консервасы белән бәрәңгеле ашы
Котлеты "Челнинские"	75	50	239.33	159.79	Кәтлит
Макаронные изделия отварные	130	110	183.46	155.24	Пешкән макарон
Напиток "Лимонный"	200	150	98.45	73.84	Лимонлы әчемлеге
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
<u>ИТОГО</u>			764.70	606.78	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ЭБӘД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөте
<u>ИТОГО</u>			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 пудинги
Чай полусладкий с молоком	200	150	48.15	36.11	Сөтле баллы чай
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
<u>ИТОГО</u>			556.03	433.86	
<u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u>			1,780.92	1,402.28	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ	158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)		

Меню

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

<u>ВТОРНИК</u> 30/12	Масса порции/ авырылыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>СИШЭМБЕ</u> 30/12
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	93.10	73.11	Майлы ак құмәч
Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	234.22	180.63	Сөтле- майчлы тары боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	98.39	81.99	Сөтле какао
<u>ИТОГО</u>			425.71	385.73	
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 из свеклы отварной	50	40	52.49	41.99	Пешкән чөгендер салаты
Суп "Гречишное зернышко" с мякотью птицы	200/15	150/10	146.92	114.64	Карабодай ашы
Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		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	95.27	80.62	Бәрәңгे боткасы
Напиток "Плодово-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
<u>ИТОГО</u>			683.71	522.92	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ЭБӘД
Кефир	150	110	77.78	57.04	Кефир
<u>ИТОГО</u>			77.78	57.04	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
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 чәй печенжә белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<u>ИТОГО</u>			583.61	498.92	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1,763.21	1,457.01	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ	158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)		