

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Зам.заведующего МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
Фирстова Е.В.

ПОНЕДЕЛЬНИК 24/07		Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ДУШӘМБЕ 24/07
ЗАВТРАК		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТӘНГЕ АШ
Бутерброд с маслом		30/5	20/5	96,59	70,46	Майлы ак күмәч
Каша молочная, мультизлаковая (вязкая) с маслом		200/5	150/5	232,44	182,60	Майлы-сөтле мультиярмалы боткасы
Чай полусладкий с молоком		200	150	48,15	36,11	Сөтле баллы чәй
<i>ИТОГО</i>				377,18	289,17	
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 " Свежесть "		50	40	49,27	39,42	салат
Суп картофельный с бобовыми		200	150	100,43	75,33	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
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>				645,27	543,75	
ПОЛДНИК						КИЧКЕ ӘБӘД
Молоко кипяченое		130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
Булочка домашняя		30	30	119,46	119,46	Өй күмәче
<i>ИТОГО</i>				192,56	175,69	
УЖИН						КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко		150	150	61,80	61,80	Алма
Яйцо вареное		1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йомырка
Макаронные изделия отварные		130	110	179,30	151,72	Пешкән макарон
Компот "Фруктово-ягодный" из изюма		200	150	82,64	61,98	Йөзем компоты
Хлеб "Рябинушка"		1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>				438,64	390,40	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>				1 696,05	1 441,41	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ				146,5 руб (сад)		116,32 руб. (ясли)

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Зам.заведующего МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Фирстова Е.В.

ВТОРНИК 25/07	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		СИШӘМБЕ 25/07
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТӘНГЕ АШ
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	111,49	85,37	Майлы ак күмәч
Каша молочная, кукурузная с маслом	200/3	150/3	266,80	205,06	Майлы-сөтле кукуруз боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80,61	67,17	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>			458,90	357,60	
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
Винегрет из овощей	50	40	53,37	42,70	винегрет
Суп из овощей со сметаной	200/10	150/5	74,88	55,32	Каймаклы яшелчә ашы
Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом	180/5	130/5	370,38	276,75	Май белән итле бәрәңге запеканкасы
Напиток "Лимонный"	200	150	80,23	60,17	"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>			711,46	567,54	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
Ацидофилин	150	130	80,51	69,78	Ацидофилин
<i>ИТОГО</i>			80,51	69,78	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко	140	140	57,68	57,68	Алма
Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/15	100/30	186,71	148,57	Баллы сөт соусы белән сырниклар
Чай полусладкий	200	150	21,50	16,12	Баллырак чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			313,35	269,83	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 606,62	1 307,15	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			146,5 руб (сад)		116,32 руб. (ясли)

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Зам.заведующего МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Фирстова Е.В.

<u>СРЕДА</u> <u>26/07</u>	<u>Масса порции/ авырлыгы</u>		<u>Энергетическая ценность (ккал)</u>		<u>ЧӘРШӘМБЕ</u> <u>26/07</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	96,59	70,46	Сырлы ак күмәч
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	230,02	177,48	Сөтле-майлы солы боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	96,00	80,00	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>			422,61	327,94	
<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	30,20	24,16	Баллы кишер салаты
Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/15	178,23	151,08	Пешерелгән кош ите белән умач ашы
Котлеты "Челнинские"	75	50	239,68	159,79	Кәтлит
Каша пшеничная вязкая	130	110	134,75	114,02	Бодай боткасы
Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	67,06	50,29	Кызыл карлыган 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>			782,52	631,94	
<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
Рагу овощное	130	110	108,07	91,44	Яшелчә рагуы
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	145,63	140,26	Сөтле баллы чәй печенҗе
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			462,66	440,66	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 783,29	1 499,17	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			146,5 руб (сад)		116,32 руб. (ясли)

Меню



УТВЕРЖДАЮ
Зам.заведующего МБДОУ
Детский сад №78 «Ёлочка»
Фирстова Е.В.

<u>ЧЕТВЕРГ</u> <u>27/07</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ПАНЖЕШЭМБЕ</u> <u>27/07</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	134,93	108,80	Повидлолы ак күмэч
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	270,04	207,49	Сөтле-майлы тары боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80,61	67,17	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>			485,58	383,46	
<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 св.помидоров	50	40	39,37	31,50	помидорлы салаты
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	92,22	65,17	Каймаклы рассольник
Гуляш	50/50	25/25	131,82	65,91	Гуляш
Каша гречневая вязкая	130	110	139,36	117,92	Карабодай боткасы
Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкэн 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>			615,29	473,04	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ЭБЭД</u>
Кефир	150	130	77,78	67,41	Кефир
<i>ИТОГО</i>			77,78	67,41	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Котлеты "Любимые"	75	50	37,76	24,78	Кэтлит
Макаронные изделия отварные	130	110	179,30	151,72	Пешкэн макарон
Чай с лимоном	200/7	150/7	62,73	47,38	Лимонлы чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			327,25	271,34	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 548,30	1 237,65	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			146,5 руб (сад)		116,32 руб.(ясли)

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Зам.заведующего МБДОУ

Детский сад №78 «Ёлочка»

Фирстова Е.В.

<u>ПЯТНИЦА</u> <u>28/07</u>		<u>Масса порции/</u> <u>авырлыгы</u>		<u>Энергетическая</u> <u>ценность</u> <u>(ккал)</u>		<u>ЖОМГА</u> <u>28/07</u>
<u>ЗАВТРАК</u>		<u>САД</u>	<u>ЯСЛИ</u>	<u>САД</u>	<u>ЯСЛИ</u>	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом		30/5	20/5	111,49	85,37	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	236,49	182,33	Сөтле-майлы дөгә боткасы
Какао с молоком полусладкое		180	150	96,00	80,00	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>				511,42	415,14	
<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 свежих огурцов		50	40	33,80	27,04	Кыяр салаты
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		200/10	150/5	89,81	64,19	Каймаклы борщ ашы
Биточки рыбные "Морячка"		75	50	144,53	71,01	Балык биточкалары
Пюре картофельное		130	110	88,48	74,87	Бәрәңгә 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
<i>ИТОГО</i>				575,52	434,44	
<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>
Десерт фруктовый Яблоко		140	140	57,68	57,68	Әфлисун
Галушки "Снежок"		200	150	283,07	220,84	Эремчек чумары
Чай полусладкий с печеньем сахарным		200/17	150/17	145,63	140,26	Баллырак чэй, печенже
Хлеб "Рябинушка"		1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>				533,84	466,24	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>				1 736,28	1 414,45	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ				146,5 руб (сад)		116,32 руб. (ясли)