

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Ваничкова А.Г.

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>03/03</u>	<u>Масса порции/</u> <u>авырлыгы</u>		<u>Энергетическая</u> <u>ценность</u> (ккал)		<u>ДУШӘМБЕ</u> <u>03/03</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	18,64	18,64	Сырлы ак күмәч
Каша молочная пшеничная 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
<i>ИТОГО</i>			301,01	235,38	
<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" (б/лука)	50	40	45,66	36,53	Кәбесте салаты
Суп картофельный с бобовыми	200	150	106,24	79,69	Борчак ашы
Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	40/50	151,08	125,43	Соуста томалап пешерелгән кош ите
Каша перловая вязкая	130	110	125,69	106,35	Перловка боткасы
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
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85,14	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>			643,91	542,58	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
Булочка дорожная	50	50	195,06	195,06	Юл күмәче
<i>ИТОГО</i>			268,16	251,29	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	140	140	57,68	57,68	Алма
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йөмырка
Макаронны отварные	130	110	183,46	155,24	Пешкән макарон
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
<i>ИТОГО</i>			436,27	387,99	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 691,75	1 459,64	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Ваничкова А.Г.

ВТОРНИК

04/03

**Масса порции/
авырлыгы**

**Энергетическая
ценность
(ккал)**

СИШӘМБЕ

04/03

ЗАВТРАК

САД

ЯСЛИ

САД

ЯСЛИ

ИРТӘНГЕ АШ

Бутерброд с маслом

30/5

20/5

33,10

33,11

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

344,69

278,48

2 ЗАВТРАК

Сок фруктовый разливной

100

100

42,40

42,40

сок

ИТОГО

42,40

42,40

2 ИРТӘНГЕ АШ

ОБЕД

Свекла отварная

50

40

28,63

22,90

Пешкән чөгендер

Суп из овощей со сметаной

200/10

150/5

84,90

59,69

Каймаклы яшелчә ашы

Запеканка картофельная с
мясом "По- домашнему" с
маслом

180/5

130/5

392,46

292,71

Май белән итле бәрәңге
запеканкасы

Напиток "Фруктово-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

705,32

557,95

ПОЛДНИК

Ацидофилин

150

130

80,51

69,78

Ацидофилин

ИТОГО

80,51

69,78

КИЧКЕ ӘБӘД

УЖИН

Десерт фруктовый Яблоко

140

140

57,68

57,68

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

621,74

500,10

ИТОГО ЗА ДЕНЬ

1 794,66

1 448,71

ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ

158,45 (САД)

125,81 (ЯСЛИ)

Меню



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

<u>СРЕДА</u> <u>05/03</u>	<u>Масса порции/</u> <u>авырлыгы</u>		<u>Энергетическая</u> <u>ценность</u> (ккал)		<u>ЧӘРШӘМБЕ</u> <u>05/03</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	18,64	18,64	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
<i>ИТОГО</i>			307,14	247,98	
<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>
Винегрет из овощей (без лука)	50	40	56,47	45,17	Винегрет
Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	184,04	132,32	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 "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкән 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>			920,05	722,19	
<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
Каша гречневая вязкая	130	110	143,60	121,51	Карабодай боткасы
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	131,02	125,65	Сөтле баллы чәй печенҗе
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			483,58	456,12	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 826,27	1 524,92	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

Детский сад №78 «Ёлочка»

Ваничкова А.Г.

<u>ЧЕТВЕРГ</u> <u>06/03</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u> <u>06/03</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	33,10	33,11	Майлы ак күмәч
Суп молочный с рисом	200	150	111,99	84,00	Сөтле дөгә ашы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80,61	67,17	Сөтле кофе
ИТОГО			225,70	184,28	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
ИТОГО			42,40	42,40	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Икра морковная	50	40	64,82	51,86	Кишер икрасы
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	99,05	70,29	Каймаклы рассольник
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	185,51	185,51	Томатлы каймаклы соуста ит шарчыклары
Макаронны отварные	130	110	183,46	155,24	Пешкән макарон
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			745,67	655,67	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Кефир	150	130	77,78	67,41	Кефир
ИТОГО			77,78	67,41	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Котлеты "Любимые"	75	50	37,76	24,78	Кәтлит
Рагу овощное	130	110	115,13	97,42	Яшелче рагуы
Чай с лимоном	200/7	150/7	62,73	47,38	Лимонлы чай
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
ИТОГО			263,08	217,04	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1 354,63	1 166,80	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

Детский сад №78 «Ёлочка»

Ваничкова А.Г.

<u>ПЯТНИЦА</u> <u>07/03</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЖОМГА</u> <u>07/03</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	33,10	33,11	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
<i>ИТОГО</i>			426,56	358,03	
<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>
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	94,33	66,74	Каймаклы борщ ашы
Биточки рыбные "Морячка"	75	50	144,53	71,01	Балык биточкалары
Пюре картофельное	130	110	104,38	88,32	Бәрәңге боткасы
Огурец соленый порц	15	10	3,95	2,63	Өлешле тозлы кыяр
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>			566,09	426,03	
<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	100	100	41,20	41,20	Алма
Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	166,34	166,34	Соуста белән кош итеннән тефтели
Каша ячневая вязкая	130	110	117,47	99,40	Арпа боткасы
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	131,02	125,65	Баллырак чәй, печенжә
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			503,49	480,05	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 611,64	1 362,74	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)