



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

МЕНЮ

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>11/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ДУШӘМБЕ</u> <u>11/07</u>
ЗАВТРАК	САД	САД	ИРТӘНГЕ АШ
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмәч
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	192,50	Сөтле-майлы солы боткасы
Чай "Витаминный" полусладкий	200	24,23	"Витамин"чәе
<i>ИТОГО</i>		346,86	
2 ЗАВТРАК			2 ИРТӘНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	170	72,08	сок
<i>ИТОГО</i>		72,08	
ОБЕД			ТӨШКЕ АШ
Салат "Радужный"	50	51,39	Салат
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	66,65	Каймаклы кәбестә ашы
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	185,51	Томатлы соуста ит шарчыклары
Каша перловая вязкая	130	125,69	Перловка боткасы
Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	82,64	Йөзем компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		644,48	
ПОЛДНИК			КИЧКЕ ӘБӘД
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		56,23	
УЖИН			КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко	130	53,56	Алма
Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	361,75	Каймак соусы белән эрәмчек запеканкасы
Чай полусладкий с молоком	200	48,15	Сөтле баллы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		510,92	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 630,57	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			126,79 руб (сад)



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

МЕНЮ

<u>ВТОРНИК</u> <u>12/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>СИШЭМБЕ</u> <u>12/07</u>
ЗАВТРАК	САД	САД	ИРТЭНГЕ АШ
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмэч
Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	216,59	Сөтле- майлы "Дуслык" боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	98,39	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>		445,11	
2 ЗАВТРАК			2 ИРТЭНГЕ АШ
Ацидофилин	100	53,68	Ацидофилин
<i>ИТОГО</i>		53,68	
ОБЕД			ТӨШКЕ АШ
Салат из свежей капусты с огурцом	50	35,63	Кэбэсте кыяр белэн салаты
Суп картофельный с бобовыми	200	100,51	Борчак ашы
Биточки рыбные "Морячка"	75	144,53	Балык биточкилары
Пюре картофельное	130	88,48	Бэрэңге боткасы
Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	79,92	Кипкэн жимеш эчемлеге
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		581,67	
ПОЛДНИК			КИЧКЕ ЭБЭД
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		56,23	
УЖИН			КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко	70	28,84	Алма
Яйцо вареное	1 шт	67,44	Пешкэн йомырка
Каша гречневая вязкая с маслом	130/5	172,47	Карабодай боткасы
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/20	167,53	Баллырак чэй, печенже
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		483,74	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 620,43	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			126,79 руб (сад)



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

МЕНЮ

<u>СРЕДА</u> <u>13/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ЧӨРШӨМБЕ</u> <u>13/07</u>
ЗАВТРАК	САД	САД	ИРТЭНГЕ АШ
Бутерброд с повидлом	30/10/5	134,93	Повидлолы ак күмэч
Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	202,66	Сөтле майлы манка боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	80,61	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>		418,20	
2 ЗАВТРАК			2 ИРТЭНГЕ АШ
Напиток из сыворотки	170	77,11	Сыгынты эчемлеге
<i>ИТОГО</i>		77,11	
ОБЕД			ТӨШКЕ АШ
Салат из отварной свеклы	50	52,49	Чөгендер салаты
Суп крестьянский со сметаной	200/5	81,77	Каймаклы тары ашы
Жаркое "По-деревенски"	50/130	267,39	Кыздырма
Напиток "Лимонный"	200	98,45	"Лимонлы" эчемлеге
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		632,70	
ПОЛДНИК			КИЧКЕ ЭБЭД
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		56,23	
УЖИН			КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко	90	37,08	Алма
Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	317,22	Сөт соусы белэн эремчек пудингы
Чай полусладкий с молоком	200	48,15	Сөтле чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		449,91	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 634,15	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			126,79 руб (сад)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.заведующего МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Фирстова Е.В.

МЕНЮ

<u>ЧЕТВЕРГ</u> <u>14/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u> <u>14/07</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	САД	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	96,59	Сырлы ак күмәч
Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	129,09	Майлы- сөтле мультитармалы боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	98,39	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>		324,07	
<u>2 ЗАВТРАК</u>			<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	170	72,08	сок
<i>ИТОГО</i>		72,08	
<u>ОБЕД</u>			<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	82,97	Каймаклы борщ ашы
Плов "Золотой петушок"	50/150	376,85	Пылау
Огурец свежий порциями (доп.гарнир)	15	2,16	Өлешле кыяр
Кисель из концентрата полусладкий	200	86,30	Кесәл
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		680,88	
<u>ПОЛДНИК</u>			<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		56,23	
<u>УЖИН</u>			<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	120	49,44	Алма
Тефтели мясные с соусом	60/30	181,51	Каймаклы соушта томат белән итеннән тефтели
Макаронные изделия отварные	130	179,30	Пешкән макарон
Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/20	220,10	"Витамин"чәе мармелад белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		677,81	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 811,07	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			<i>126,79 руб (сад)</i>



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

МЕНЮ

<u>ПЯТНИЦА</u> <u>15/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ЖОМГА</u> <u>15/07</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	САД	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	111,49	Майлы ак күмэч
Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	230,98	Майлы-сөтле кукуруз боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	80,61	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>		423,08	
<u>2 ЗАВТРАК</u>			<u>2 ИРТЭНГЕ АШ</u>
Кефир	100	51,85	кефир
<i>ИТОГО</i>		51,85	
<u>ОБЕД</u>			<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Икра морковная	50	64,82	Кишер икрасы
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	141,55	Кош ите белэн токмач ашы
Котлеты "Татарские"	75	239,33	Кэтлит
Капуста тушеная	130	107,71	Томалап пешерелгэн кэбестэ
Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	200	80,23	Күрэгэ компоты
Хлеб "Рябинуска"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		766,24	
<u>ПОЛДНИК</u>			<u>КИЧКЕ ЭБЭД</u>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		56,23	
<u>УЖИН</u>			<u>КИЧКЕ АШ</u>
Картофельное пюре запеченное с маслом	150/5	167,12	Май белэн томалап пешерелгэн бэрэңге боткасы
Плюшка "Новомосковская"	50	173,56	Күмэч
Чай с лимоном	200/7	62,73	Лимонлы чэй
Хлеб "Рябинуска"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		450,87	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 748,27	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			126,79 руб (сад)