

# Меню

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



| <u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u><br><u>16/10</u>                   | <u>Масса</u><br><u>порции/</u><br><u>авырлыгы</u> |             | <u>Энергетическая</u><br><u>ценность</u><br><u>(ккал)</u> |                 | <u>ДУШӘМБЕ</u><br><u>16/10</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<br>мультизлаковая (вязкая) с<br>маслом | 200/5   | 150/5       | 232,44  | 182,60          | Майлы-сөтле<br>мультиярмалы боткасы  |
| Чай полусладкий с молоком                            | 200   | 150         | 48,15   | 36,11           | Сөтле баллы чәй                      |
| <i>ИТОГО</i>   |   |             | <b>377,18</b>   | <b>289,17</b>   |                                      |
| <u>2 ЗАВТРАК</u>                                     |   |             |   |                 | <u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>                  |
| Сок фруктовый разливной                              | 100   | 100         | 42,40   | 42,40           | сок                                  |
| <i>ИТОГО</i>   |   |             | <b>42,40</b>  | <b>42,40</b>    |                                      |
| <u>ОБЕД</u>  |   |             |   |                 | <u>ТӨШКЕ АШ</u>                      |
| Салат " Свежесть "                                   | 50  | 40          | 49,27   | 39,42           | салат                                |
| Суп картофельный с<br>бобовыми                       | 200   | 150         | 101,66  | 76,25           | Борчак ашы                           |
| Мякоть птицы тушеная в<br>соусе                      | 50/50   | 40/50       | 150,98  | 125,32          | Соуста томалап<br>пешерелгән кош ите |
| Каша перловая вязкая                                 | 130   | 110         | 125,69  | 106,35          | Перловка боткасы                     |
| Кисель из концентрата<br>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>   |   |             | <b>646,50</b>   | <b>544,67</b>   |                                      |
| <u>ПОЛДНИК</u>                                       |   |             |   |                 | <u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>                    |
| Молоко кипяченое                                     | 130   | 100         | 73,10   | 56,23           | Кайнаган сөте                        |
| Крендель сахарный                                    | 50  | 50          | 191,64  | 191,64          | Шикәрлек крендел                     |
| <i>ИТОГО</i>   |   |             | <b>264,74</b>   | <b>247,87</b>   |                                      |
| <u>УЖИН</u>  |   |             |   |                 | <u>КИЧКЕ АШ</u>                      |
| Десерт фруктовый Яблоко                              | 170   | 170         | 70,04   | 70,04           | Алма                                 |
| Яйцо вареное   | 1 шт  | 1 шт        | 67,44   | 67,44           | Пешкән йомырка                       |
| Макаронные изделия<br>отварные                       | 130   | 110         | 179,30  | 151,72          | Пешкән макарон                       |
| Напиток "Фруктово-ягодный"<br>ассорти                | 200   | 150         | 59,88   | 44,91           | Ассорти жимеш<br>эчемлеге            |
| Хлеб "Рябинушка"                                     | 1/20  | 1/20        | 47,46   | 47,46           | Ак ипи                               |
| <i>ИТОГО</i>   |   |             | <b>424,12</b>   | <b>381,57</b>   |                                      |
| <i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>                                 |   |             | <b>1 754,94</b>   | <b>1 505,68</b> |                                      |
| <b>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</b>                |   |             | <b>146,5 руб (сад)</b>                                    |                 | <b>116,32 руб. (ясли)</b>            |



# Меню

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



| <b>ВТОРНИК</b><br><b>17/10</b>                         | <b>Масса</b><br><b>порции/</b><br><b>авырлыгы</b> |             | <b>Энергетическая</b><br><b>ценность</b><br><b>(ккал)</b> |             | <b>СИШЭМБЕ</b><br><b>17/10</b>           |
|--|---|-------------|---|-------------|--|
| <b>ЗАВТРАК</b>   | <b>САД</b>  | <b>ЯСЛИ</b> | <b>САД</b>  | <b>ЯСЛИ</b> | <b>ИРТЭНГЕ АШ</b>                        |
| 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      |  |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>                                       |   |             |   |             | <b>2 ИРТЭНГЕ АШ</b>                      |
| Сок фруктовый разливной                                | 100   | 100         | 42,40   | 42,40       | сок                                      |
| <i>ИТОГО</i>   |   |             | 42,40   | 42,40       |  |
| <b>ОБЕД</b>  |   |             |   |             | <b>ТӨШКЕ АШ</b>                          |
| Салат из моркови с сахаром                             | 50  | 40          | 30,20   | 24,16       | баллы кишер салаты                       |
| Суп из овощей со сметаной                              | 200/10  | 150/5       | 80,32   | 56,24       | Каймаклы яшелчә ашы                      |
| Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом | 180/5   | 130/5       | 372,62  | 278,38      | Май белән итле бәрәңге запеканкасы       |
| 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       | салат                                    |
| <i>ИТОГО</i>   |   |             | 682,80  | 541,67      |  |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |   |             |   |             | <b>КИЧКЕ ЭБЭД</b>                        |
| Ацидофилин   | 150   | 130         | 80,51   | 69,78       | Ацидофилин                               |
| <i>ИТОГО</i>   |   |             | 80,51   | 69,78       |  |
| <b>УЖИН</b>  |   |             |   |             | <b>КИЧКЕ АШ</b>                          |
| Десерт фруктовый Яблоко                                | 140   | 140         | 57,68   | 57,68       | Алма                                     |
| Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"   | 150/15  | 100/30      | 403,68  | 296,98      | Каймаклы соусы белән эремчек запеканкасы |
| 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>   |   |             | 530,32  | 418,24      |  |
| <i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>                                   |   |             | 1 794,93  | 1 429,69    |  |
| <b>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</b>                  |   |             | <b>146,5 руб (сад)</b>                                    |             | <b>116,32 руб. (ясли)</b>                |



# Меню

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



| <u>СРЕДА</u><br><u>18/10</u>                   | <u>Масса порции/ авырлыгы</u> |             | <u>Энергетическая ценность (ккал)</u> |             | <u>ЧӘРШӘМБЕ</u><br><u>18/10</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>                   |
| Винегрет из овощей                             | 50                            | 40          | 50,56                                 | 40,45       | винегрет                          |
| Суп картофельный клецками с мякотью птицы      | 200/15                        | 150/15      | 179,39                                | 151,83      | 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                           |
| Компот "Фрукто-ягодный" из свежих яблок        | 200                           | 150         | 78,58                                 | 58,94       | Алма 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>                                   |                               |             | 908,15                                | 735,98      |                                   |
| <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         | 139,36                                | 117,92      | Карабодай боткасы                 |
| Чай полусладкий с печеньем сахарным            | 200/18                        | 150/18      | 152,93                                | 147,56      | Сөтле баллы чәй печенҗе           |
| Хлеб "Рябинушка"                               | 1/20                          | 1/20        | 47,46                                 | 47,46       | Ак ипи                            |
| <i>ИТОГО</i>                                   |                               |             | 501,25                                | 474,44      |                                   |
| <i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>                           |                               |             | 1 947,51                              | 1 636,99    |                                   |
| <b>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</b>          |                               |             | <b>146,5 руб (сад)</b>                |             | <b>116,32 руб.(ясли)</b>          |



# Меню

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДО  
«Детский сад №78 «Ёлочка»  
Ваничкова А.И.



| <u>ЧЕТВЕРГ</u><br>19/10                   |  | Масса порции/<br>авырлыгы |         | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |          | <u>ПАНЖЕШЭМБЕ</u><br>19/10 |
|---|--|---------------------------|---------|--------------------------------------|----------|----------------------------|
| <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 күмөч         |
| 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 отварной свеклы                  |  | 50                        | 40      | 69,48                                | 55,58    | Пешкэн чөгендер салаты     |
| Рассольник ленинградский со сметаной      |  | 200/10                    | 150/5   | 90,53                                | 63,93    | Каймаклы рассольник        |
| Гуляш                                     |  | 50/50                     | 25/25   | 131,82                               | 65,91    | Гуляш                      |
| Каша пшеничная вязкая                     |  | 130                       | 110     | 134,75                               | 114,02   | Бодай 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>                              |  |                           |         | 639,10                               | 491,98   |                            |
| <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                     |
| Рагу овощное                              |  | 130                       | 110     | 109,75                               | 92,87    | Яшелче рагуы               |
| 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>                              |  |                           |         | 257,70                               | 212,49   |                            |
| <i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>                      |  |                           |         | 1 502,56                             | 1 197,74 |                            |
| <b>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</b>     |  |                           |         | <b>146,5 руб (сад)</b>               |          | <b>116,32 руб. (ясли)</b>  |



# Меню

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



| <u>ПЯТНИЦА</u><br><u>20/10</u>               | Масса порции/<br>авырлыгы |             | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |                                 | <u>ЖОМГА</u><br><u>20/10</u> |
|--|---------------------------|-------------|--------------------------------------|---------------------------------|------------------------------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                        | <b>САД</b>                | <b>ЯСЛИ</b> | <b>САД</b>                           | <b>ЯСЛИ</b>                     | <b><u>ИРТЭНГЕ АШ</u></b>     |
| Бутерброд с маслом                           | 30/5                      | 20/5        | 111,49                               | 85,37                           | Майлы ак күмэч               |
| Яйцо вареное                                 | 1 шт                      | 1 шт        | 67,44                                | 67,44                           | Пешкэн йомырка               |
| Каша молочная рисовая<br>жидкая с маслом     | 200/3                     | 150/3       | 236,49                               | 182,33                          | Сөтле-майлы дөге<br>боткасы  |
| Какао с молоком<br>полусладкое               | 180                       | 150         | 96,00                                | 80,00                           | Сөтле какао                  |
| <i>ИТОГО</i>                                 |                           |             | <b>511,42</b>                        | <b>415,14</b>                   |                              |
| <b><u>2 ЗАВТРАК</u></b>                      |                           |             |                                      |                                 | <b><u>2 ИРТЭНГЕ АШ</u></b>   |
| Сок фруктовый разливной                      | 100                       | 100         | 42,40                                | 42,40                           | сок                          |
| <i>ИТОГО</i>                                 |                           |             | <b>42,40</b>                         | <b>42,40</b>                    |                              |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                           |                           |             |                                      |                                 | <b><u>ТӨШКЕ АШ</u></b>       |
| Салат из свежих огурцов                      | 50                        | 40          | 33,80                                | 27,04                           | Кыярлы салаты                |
| Борщ с капустой и<br>картофелем со сметаной  | 200/10                    | 150/5       | 91,46                                | 63,10                           | Каймаклы борщ ашы            |
| Биточки рыбные "Морячка"                     | 75                        | 50          | 144,53                               | 71,01                           | Балык биточкалары            |
| Пюре картофельное                            | 130                       | 110         | 91,61                                | 77,52                           | Бэрэңге боткасы              |
| Кисель из концентрата<br>полусладкий         | 200                       | 150         | 86,30                                | 64,73                           | Кесэл                        |
| 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>                                 |                           |             | <b>580,30</b>                        | <b>436,00</b>                   |                              |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                        |                           |             |                                      |                                 | <b><u>КИЧКЕ ЭБЭД</u></b>     |
| Молоко кипяченое                             | 130                       | 100         | 73,10                                | 56,23                           | Кайнаган сөте                |
| <i>ИТОГО</i>                                 |                           |             | <b>73,10</b>                         | <b>56,23</b>                    |                              |
| <b><u>УЖИН</u></b>                           |                           |             |                                      |                                 | <b><u>КИЧКЕ АШ</u></b>       |
| Десерт фруктовый<br>Мандарин                 | 80                        | 80          | 28,00                                | 28,00                           | Мандарин                     |
| Галушки "Снежок"                             | 200                       | 150         | 283,07                               | 220,84                          | Эремчек чумары               |
| Чай полусладкий с печеньем<br>сахарным       | 200/18                    | 150/18      | 152,93                               | 147,56                          | Баллырак чэй, печенже        |
| Хлеб "Рябинушка"                             | 1/20                      | 1/20        | 47,46                                | 47,46                           | Ак ипи                       |
| <i>ИТОГО</i>                                 |                           |             | <b>511,46</b>                        | <b>443,86</b>                   |                              |
| <i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>                         |                           |             | <b>1 718,68</b>                      | <b>1 393,63</b>                 |                              |
| <b><i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i></b> |                           |             | <b><i>146,5 руб (сад)</i></b>        | <b><i>116,32 руб.(ясли)</i></b> |                              |