



УТВЕРЖДАЮ  
 И.О. Звездующей МБДОУ  
 «Детский сад №78 «Ёлочка»  
 Фирстова Е.В.

## МЕНЮ

<b><u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u></b> <b><u>18/07</u></b>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<b><u>ДУШӘМБЕ</u></b> <b><u>18/07</u></b>
<b><u>ЗАВТРАК</u></b>	САД	САД	<b><u>ИРТӘНГЕ АШ</u></b>
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмәч
Каша гречневая вязкая	180	192,97	Карабодай боткасы
Чай "Витаминный" полусладкий	200	24,23	"Витамин"чәе
<i>ИТОГО</i>		<b>347,33</b>	
<b><u>2 ЗАВТРАК</u></b>			<b><u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u></b>
Сок фруктовый разливной	170	72,08	сок
<i>ИТОГО</i>		<b>72,08</b>	
<b><u>ОБЕД</u></b>			<b><u>ТӨШКЕ АШ</u></b>
Винегрет из овощей	50	53,56	Винегрет
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	133,08	Балык консервасы белән бәрәңгеле ашы
Биточки "Рябушка"	75	243,68	Биточкалар
Макаронные изделия отварные	130	179,30	Пешкән макарон
Компот "Фрудово-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>		<b>824,86</b>	
<b><u>ПОЛДНИК</u></b>			<b><u>КИЧКЕ ӘБӘД</u></b>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
Булочка домашняя	30	119,46	Өй күмәче
<i>ИТОГО</i>		<b>175,69</b>	
<b><u>УЖИН</u></b>			<b><u>КИЧКЕ АШ</u></b>
Омлет натуральный	53	80,75	Йомырка табәсе
Каша ячневая вязкая	130	117,47	Арпа боткасы
Кисель из концентрата полусладкий	200	86,30	Кесәл
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		<b>331,98</b>	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		<b>1 751,94</b>	
<b><i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i></b>		<b>126,79 руб</b>	

УТВЕРЖДАЮ

И.О. Заведующего МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Фирстова Е.В.



## МЕНЮ

<b><u>ВТОРНИК</u></b> <b><u>19/07</u></b>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<b><u>СИШӘМБЕ</u></b> <b><u>19/07</u></b>
<b><u>ЗАВТРАК</u></b>	САД	САД	<b><u>ИРТӘНГЕ АШ</u></b>
Бутерброд с повидлом	30/10/5	134,93	Повидлолы ак күмәч
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>		<b>418,20</b>	
<b><u>2 ЗАВТРАК</u></b>			<b><u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u></b>
Простокваша	100	53,28	Простокваша
<i>ИТОГО</i>		<b>53,28</b>	
<b><u>ОБЕД</u></b>			<b><u>ТӨШКЕ АШ</u></b>
Салат из отварной свеклы	50	52,49	Пешкән чөгендер салаты
Суп из овощей со сметаной	200/5	71,17	Каймаклы яшелчә ашы
Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом	180/5	370,38	Май белән итле бәрәнге запеканкасы
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>		<b>725,09</b>	
<b><u>ПОЛДНИК</u></b>			<b><u>КИЧКЕ ӘБӘД</u></b>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		<b>56,23</b>	
<b><u>УЖИН</u></b>			<b><u>КИЧКЕ АШ</u></b>
Десерт фруктовый Яблоко	120	49,44	Алма
Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/15	378,47	Баллы сөт соусы белән сырниклар
Чай полусладкий	200	21,50	Баллырак чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		<b>496,87</b>	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		<b>1 749,67</b>	
<b><i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i></b>		<b>126,79 руб</b>	



УТВЕРЖДАЮ  
И.О. Забедующего МБДОУ  
«Детский сад №78 «Ёлочка»  
Фирстова Е.В.

## МЕНЮ

<u>СРЕДА</u> <u>20/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ЧӘРШӘМБЕ</u> <u>20/07</u>
<b><u>ЗАВТРАК</u></b>	САД	САД	<b><u>ИРТӘНГЕ АШ</u></b>
Бутерброд с сыром	30/5	96,59	Сырлы ак күмәч
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	192,50	Сөтле-майлы солы боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	96,00	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>		<b>385,09</b>	
<b><u>2 ЗАВТРАК</u></b>			<b><u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u></b>
Напиток из сыворотки	170	77,11	Сыгынты эчемлеге
<i>ИТОГО</i>		<b>77,11</b>	
<b><u>ОБЕД</u></b>			<b><u>ТӨШКЕ АШ</u></b>
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	83,00	Каймаклы борщ ашы
Зразы "Любимые" с сыром	60	37,99	Сырлы зразлар
Пюре из бобовых "Янтарное"	130	227,34	Боламык
Огурец свежий порциями (доп. гарнир)	15	2,16	Өлешле кыяр
Компот "Фруитово-ягодный" из свежих яблок	200	78,58	Алма компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		<b>561,67</b>	
<b><u>ПОЛДНИК</u></b>			<b><u>КИЧКЕ ӘБӘД</u></b>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
Ватрушка с повидлом	75	227,21	Повидлолы ватрушка
<i>ИТОГО</i>		<b>283,44</b>	
<b><u>УЖИН</u></b>			<b><u>КИЧКЕ АШ</u></b>
Картофель запечённый в сметанном соусе	180	138,19	Каймаклы соуста томалап пешерелгән бәрәңге
Чай полусладкий с молоком	200	48,15	Сөтле чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		<b>233,80</b>	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		<b>1 541,11</b>	
<b><i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i></b>		<b>126,79 руб</b>	

УТВЕРЖДАЮ

И.О. Заведующего МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Фирстова Е.В.

**МЕНЮ**

<b><u>ЧЕТВЕРГ</u></b> <b><u>21/07</u></b>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<b><u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u></b> <b><u>21/07</u></b>
<b><u>ЗАВТРАК</u></b>	САД	САД	<b><u>ИРТӘНГЕ АШ</u></b>
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмәч
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	234,22	Майлы- сөтле тары боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	80,61	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>		<b>444,96</b>	
<b><u>2 ЗАВТРАК</u></b>			<b><u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u></b>
Ацидофилин	100	53,68	Ацидофилин
<i>ИТОГО</i>		<b>53,68</b>	
<b><u>ОБЕД</u></b>			<b><u>ТӨШКЕ АШ</u></b>
Маринад овощной с томатом	50	69,83	Яшелчә маринады
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	141,55	Кош ите белән токмач ашы
Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	381,89	Тана ите белән карабодай
Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	79,92	Кипкән жимеш эчемлеге
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		<b>805,79</b>	
<b><u>ПОЛДНИК</u></b>			<b><u>КИЧКЕ ӘБӘД</u></b>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		<b>56,23</b>	
<b><u>УЖИН</u></b>			<b><u>КИЧКЕ АШ</u></b>
Котлеты "Любимые"	75	37,76	Кәтлит
Каша пшеничная вязкая	130	134,75	Бодай боткасы
Чай с лимоном	200/7	62,73	Лимонлы чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		<b>282,70</b>	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		<b>1 643,36</b>	
<b><i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i></b>		<b>126,79 руб</b>	

УТВЕРЖДАЮ

И.О. Заведующего МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Фирстова Е.В.



## МЕНЮ

<u>ПЯТНИЦА</u> <u>22/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ЖОМГА</u> <u>22/07</u>
<b><u>ЗАВТРАК</u></b>	САД	САД	<b><u>ИРТЭНГЕ АШ</u></b>
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмэч
Суп молочный с рисом	200	111,99	Сөтле дөгө ашы
Какао с молоком полусладкое	180	96,00	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>		<b>338,12</b>	
<b><u>2 ЗАВТРАК</u></b>			<b><u>2 ИРТЭНГЕ АШ</u></b>
Сок фруктовый разливной	170	72,08	сок
<i>ИТОГО</i>		<b>72,08</b>	
<b><u>ОБЕД</u></b>			<b><u>ТӨШКЕ АШ</u></b>
Салат из свежей капусты с огурцом	50	35,63	Кэбэсте кыяр белэн салаты
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	84,31	Каймаклы рассольник
Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	94,43	Томатлы соуста балык шарчыклары
Пюре картофельное	130	88,48	Бэрэнге боткасы
Кисель из концентрата полусладкий	200	86,30	Кесэл
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		<b>521,75</b>	
<b><u>ПОЛДНИК</u></b>			<b><u>КИЧКЕ ЭБЭД</u></b>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		<b>56,23</b>	
<b><u>УЖИН</u></b>			<b><u>КИЧКЕ АШ</u></b>
Десерт фруктовый Яблоко	120	49,44	Алма
Галушки "Снежок"	195/5	442,54	Эремчек чумары
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/20	167,53	Баллырак чэй, печенже
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		<b>706,97</b>	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		<b>1 695,15</b>	
<b><i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i></b>		<b>126,79 руб</b>	