



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

МЕНЮ

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>20/06</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ДУШӘМБЕ</u> <u>20/06</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	САД	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
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>		347,33	
<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>
Винегрет из овощей	50	55,22	Винегрет
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	148,37	Балык консервасы белән бәрәңгеле ашы
Биточки "Рябушка"	75	243,68	Биточкалар
Макаронные изделия отварные	130	179,30	Пешкән макарон
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>		841,81	
<u>ПОЛДНИК</u>			<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
Булочка домашняя	30	119,46	Өй күмәче
<i>ИТОГО</i>		175,69	
<u>УЖИН</u>			<u>КИЧКЕ АШ</u>
Омлет натуральный	53	80,75	Йомырка тәбәсе
Каца 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>		331,98	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 768,89	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>			126,79 руб



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Ваничкова А.Г.

МЕНЮ

<u>СРЕДА</u> <u>22/06</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ЧӨРШӘМБЕ</u> <u>22/06</u>
ЗАВТРАК	САД	САД	ИРТӘНГЕ АШ
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>		385,09	
2 ЗАВТРАК			2 ИРТӘНГЕ АШ
Напиток из сыворотки	170	77,11	Сыгынты эчемлеге
<i>ИТОГО</i>		77,11	
ОБЕД			ТӨШКЕ АШ
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	85,30	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	Өлеңле кыяр
Компот "Фрукто-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>		563,97	
ПОЛДНИК			КИЧКЕ ӘБӘД
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
Ватрушка с повидлом	75	227,21	Повидлолы ватрушка
<i>ИТОГО</i>		283,44	
УЖИН			КИЧКЕ АШ
Картофель запечённый в сметанном соусе	180	156,58	Каймаклы соушта томалап пешерелгән бәрәңге
Чай полусладкий с молоком	200	48,15	Сөтле чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		252,19	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 561,8	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ		126,79 руб	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Ваничкова А.Г.

МЕНЮ

ЧЕТВЕРГ 23/06	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	ПҮНЖЕШЭМБЕ 23/06
ЗАВТРАК	САД	САД	ИРТЭНГЕ АШ
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмэч
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	234,22	Майлы- сөтлө тары боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	80,61	Сөтлө кофе
<i>ИТОГО</i>		444,96	-
2 ЗАВТРАК			2 ИРТЭНГЕ АШ
Ацидофилин	100	53,68	Ацидофилин
<i>ИТОГО</i>		53,68	
ОБЕД			ТӨШКЕ АШ
Маринад овощной с томатом	50	69,83	Яшелчэ маринады
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	141,55	Кош ите белэн токмач ашы
Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	381,89	Тана ите белэн карабодай
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>		805,79	-
ПОЛДНИК			КИЧКЕ ЭБЭД
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		56,23	
УЖИН			КИЧКЕ АШ
Котлеты "Любимые"	75	37,76	Кэтлит
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>		282,70	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1 643,36	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ	126,79 руб		



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Ваничкова А.Г.

МЕНЮ

ПЯТНИЦА 24/06	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	ЖОМГА 24/06
ЗАВТРАК	САД	САД	ИРТӘНГЕ АШ
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмәч
Суп молочный с рисом	200	111,99	Сөтле дөгә ашы
Какао с молоком полусладкое	180	96,00	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>		338,12	
2 ЗАВТРАК			2 ИРТӘНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	170	72,08	сок
<i>ИТОГО</i>		72,08	
ОБЕД			ТӨШКЕ АШ
Салат из свежей капусты с огурцом	50	35,63	Кәбәсте кыяр белән салаты
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	92,90	Каймаклы рассольник
Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	94,43	Томатлы соуста балык шарчыклары
Пюре картофельное	130	104,38	Бәрәңгә боткасы
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>		546,24	
ПОЛДНИК			КИЧКЕ ӘБӘД
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		56,23	
УЖИН			КИЧКЕ АШ
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 чәй, печенже
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		706,97	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 719,64	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ		126,79 руб	