

# Меню

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



<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> 20/11	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ДУШЭМБЕ</u> 20/11
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
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 йөмырка
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	230,02	177,48	Сөтле-майлы солы боткасы
Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	24,23	18,17	"Витамин"чэе
<i>ИТОГО</i>			433,18	348,46	
<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 "Капуста квашеная"	50	40	43,51	34,81	Кэбестэ салаты
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	102,96	86,12	Балык консервасы белэн бэрэңгеле ашы
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	185,43	185,43	Томатлы сууста ит шарчыклары
Макаронные изделия отварные	130	110	179,30	151,72	Пешкэн макарон
Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150	59,88	44,91	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
<i>ИТОГО</i>			703,68	635,59	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ЭБЭД</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	140	130	57,68	53,56	Алма
Запеканка из творога "Ягодка" с соусом "Сластена"	150/15	100/30	402,76	287,93	Каймак соусы белэн эрэмчек запеканкасы
Чай полусладкий с молоком	200	150	48,15	36,11	Сөтле баллы чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			556,05	425,06	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 808,41	1 507,74	
<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..



<b>ВТОРНИК</b> <b>21/11</b>	<b>Масса порции/ авырлыгы</b>		<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>		<b>СИШӘМБЕ</b> <b>21/11</b>
	<b>САД</b>	<b>ЯСЛИ</b>	<b>САД</b>	<b>ЯСЛИ</b>	<b>ИРТӘНГЕ АШ</b>
<b>ЗАВТРАК</b>					
Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	134,93	108,80	Повидлолы ак күмәч
Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	269,98	207,45	Сөтле-майлы арпа боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	98,39	81,99	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>			503,30	398,24	
<b>2 ЗАВТРАК</b>					<b>2 ИРТӘНГЕ 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 "Бобовое зёрнышко"	50	40	52,83	42,27	салат
Щи из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной	200/15/ 10	150/15/ 5	132,14	112,55	Кош ите белән каймаклы кәбестә ашы
Биточки рыбные "Морячка"	75	50	144,53	71,01	Балык биточкалар
Пюре картофельное	130	110	95,27	80,62	Бәрәңге боткасы
Компот "Фрукто-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкән жимеш компоты
Хлеб "Рябиношка"	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>			637,29	498,99	
<b>ПОЛДНИК</b>					<b>КИЧКЕ ӘБӘД</b>
Кефир	150	110	77,78	57,04	Кефир
<i>ИТОГО</i>			77,78	57,04	
<b>УЖИН</b>					<b>КИЧКЕ АШ</b>
Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	166,30	166,30	Соуста белән кош итеннән тефтели
Каша гречневая вязкая	130	110	139,36	117,92	Карабодай боткасы
Чай с лимоном с печ. сахарн в ассорт.	200/7/18	150/7/18	194,17	178,82	Лимонлы чәй печенже белән
Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			547,29	510,50	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 808,06	1 507,17	
<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> <u>22/11</u>	<u>Масса порции/</u> <u>авырлыгы</u>		<u>Энергетическая</u> <u>ценность</u> (ккал)		<u>ЧӨРШЭМБЕ</u> <u>22/11</u>
<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 күмэч
Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	240,19	185,11	Сөтле майлы манка боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	110,39	91,99	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>			462,07	362,47	
<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 "Солнышко"	50	40	76,72	61,38	салат
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	91,90	64,93	Каймаклы борщ ашы
Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	376,55	303,91	Пылау
Компот "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
<i>ИТОГО</i>			758,00	622,99	
<b>ПОЛДНИК</b>					<b>КИЧКЕ ЭБЭД</b>
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
Ватрушка с повидлом	75	75	227,21	227,21	Повидлолы ватрушка
<i>ИТОГО</i>			300,31	283,44	
<b>УЖИН</b>					<b>КИЧКЕ АШ</b>
Десерт фруктовый Яблоко	140	130	57,68	53,56	Алма
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкэн йөмырка
Картофель "По-деревенски"	130	110	180,21	152,49	Пешкэн бэрәңге
Чай полусладкий	200	150	21,50	16,12	Баллы чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			374,29	337,07	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			1 937,07	1 648,37	
<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>ЧЕТВЕРГ</u> <u>23/11</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u> <u>23/11</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	96,59	70,46	Сырлы ак күмәч
Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	219,19	169,36	Майлы- сөтле мультиярмалы боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	96,00	80,00	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>			411,78	319,82	
<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 из белокочанной капусты со свеклой	50	40	47,83	38,26	Кәбестә белән чөгендер салаты
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	92,64	65,49	Каймаклы рассольник
Котлеты "Татарские"	75	50	239,33	156,55	Кәтлит
Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	227,34	192,37	Боламык
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>			826,04	650,00	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Простокваша	150	110	79,92	58,61	Простокваша
<i>ИТОГО</i>			79,92	58,61	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	140	100	57,68	41,20	Алма
Галушки "Снежок"	200	150	442,54	339,42	Эремчек чумары
Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	205,49	186,99	"Витамин"чәе печенҗе белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			753,17	615,07	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			2 113,31	1 685,90	
<b><i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i></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> <u>24/11</u>	<u>Масса порции/</u> <u>авырлыгы</u>		<u>Энергетическая</u> <u>ценность</u> (ккал)		<u>ЖОМГА</u> <u>24/11</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	<u>САД</u>	<u>ЯСЛИ</u>	<u>САД</u>	<u>ЯСЛИ</u>	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	111,49	85,37	Майлы ак күмәч
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йомырка
Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	270,04	207,49	Сөтле- майчлы тары боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80,61	67,17	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>			<b>529,58</b>	<b>427,47</b>	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТЭНГЕ 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>
Винегрет из овощей	50	40	51,47	41,18	Винегрет
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	141,47	123,45	Кош ите белән токмач ашы
Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	150	319,75	239,58	Итле-дөгеле тулма
Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкән жимеш 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>			<b>725,21</b>	<b>596,75</b>	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ЭБЭД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
<i>ИТОГО</i>			<b>73,10</b>	<b>56,23</b>	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ. (мексик смесь)	2/40/10	40/10	181,38	93,13	Минтай балыгыннан ярмалы-балыклы таякчыклар яш.белән
Пюре картофельное	130	110	95,27	80,62	Бәрәңге боткасы
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>			<b>386,84</b>	<b>268,59</b>	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			<b>1 757,13</b>	<b>1 391,44</b>	
<b>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</b>			<b>146,5 руб (сад)</b>		<b>116,32 руб. (ясли)</b>