

Меню



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

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>17/03</u>		<u>Масса порции/</u> <u>авырлыгы</u>		<u>Энергетическая</u> <u>ценность</u> (ккал)		<u>ДУШЭМБЕ</u> <u>17/03</u>
<u>ЗАВТРАК</u>		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром		30/5	20/5	18,64	18,64	Сырлы ак күмэч
Каша молочная пшеничная с маслом		200/3	150/3	234,22	180,63	Сөтлө- майлы тары боткасы
Чай полусладкий с молоком		200	150	48,15	36,11	Сөтлө баллы чэй
<i>ИТОГО</i>				301,01	235,38	
<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" (б/лука)		50	40	45,66	36,53	Кэбесте салаты
Суп картофельный с бобовыми		200	150	106,24	79,69	Борчак ашы
Мякоть птицы тушеная в соусе		50/50	40/50	151,08	125,43	Соуста томалап пешерелгэн кош ите
Каша перловая вязкая		130	110	125,69	106,35	Перловка боткасы
Компот "Фруктово-ягодный" из изюма		200	150	82,64	61,98	Йөзем 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>				643,91	542,58	
<u>ПОЛДНИК</u>						<u>КИЧКЕ ЭБЭД</u>
Молоко кипяченое		130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөтө
Булочка дорожная		50	50	195,06	195,06	Юл күмэче
<i>ИТОГО</i>				268,16	251,29	
<u>УЖИН</u>						<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко		140	140	57,68	57,68	Алма
Яйцо вареное		1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкэн йөмырка
Макаронны отварные		130	110	183,46	155,24	Пешкэн макарон
Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка		200	150	80,23	60,17	Урюк компоты
Хлеб "Рябинушка"		1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>				436,27	387,99	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>				1 691,75	1 459,64	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ				158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

Меню



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

ВТОРНИК 18/03		Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		СИШЭМБЕ 18/03
ЗАВТРАК		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТЭНГЕ АШ
Бутерброд с маслом		30/5	20/5	33,10	33,11	Майлы ак күмэч
Каша молочная кукурузная с маслом		200/3	150/3	230,98	178,20	Майлы-сөтле кукуруз боткасы
Кофейный напиток полусладкий		180	150	80,61	67,17	Сөтле кофе
ИТОГО				344,69	278,48	
2 ЗАВТРАК						2 ИРТЭНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной		100	100	42,40	42,40	сок
ИТОГО				42,40	42,40	
ОБЕД						ТӨШКЕ АШ
Свекла отварная		50	40	28,63	22,90	Пешкэн чөгендер
Суп из овощей со сметаной		200/10	150/5	84,90	59,69	Каймаклы яшелчэ ашы
Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом		180/5	130/5	392,46	292,71	Май белэн итле бэрэңге запеканкасы
Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти		200	150	66,73	50,05	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
ИТОГО				705,32	557,95	
ПОЛДНИК						КИЧКЕ ЭБЭД
Ацидофилин		150	130	80,51	69,78	Ацидофилин
ИТОГО				80,51	69,78	
УЖИН						КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко		140	140	57,68	57,68	Алма
Галушки "Снежок"		200	150	442,54	339,42	Эремчек чумары
Чай "Витаминный" полусладкий		200	150	74,06	55,54	"Витамин"чэе
Хлеб "Рябинушка"		1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
ИТОГО				621,74	500,10	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				1 794,66	1 448,71	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ				158,45 (САД)	125,81 (ЯСЛИ)	

Меню



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

СРЕДА 19/03	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ЧӘРШӘМБЕ 19/03
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТӘНГЕ АШ
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	18,64	18,64	Сырлы ак күмәч
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	192,50	149,34	Сөтле-майлы солы боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	96,00	80,00	Сөтле какао
ИТОГО			307,14	247,98	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТӘНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
ИТОГО			42,40	42,40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Винегрет из овощей (без лука)	50	40	56,47	45,17	Винегрет
Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	184,04	132,32	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
Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкән 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
ИТОГО			920,05	722,19	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ӘБӘД
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
ИТОГО			73,10	56,23	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Омлет натуральный	105	105	161,50	161,50	Йомырка тәбәсе
Каша гречневая вязкая	130	110	143,60	121,51	Карабодай боткасы
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	131,02	125,65	Сөтле баллы чәй печенҗе
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
ИТОГО			483,58	456,12	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1 826,27	1 524,92	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

Меню



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

ЧЕТВЕРГ 20/03		Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ПЭНЖЕШЭМБЕ 20/03
ЗАВТРАК		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТЭНГЕ АШ
Бутерброд с маслом		30/5	20/5	33,10	33,11	Майлы ак күмэч
Суп молочный с рисом		200	150	111,99	84,00	Сөтлө дөгө ашы
Кофейный напиток полусладкий		180	150	80,61	67,17	Сөтлө кофе
<i>ИТОГО</i>				225,70	184,28	
2 ЗАВТРАК						2 ИРТЭНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной		100	100	42,40	42,40	сок
<i>ИТОГО</i>				42,40	42,40	
ОБЕД						ТӨШКЕ АШ
Икра морковная		50	40	64,82	51,86	Кишер икрасы
Рассольник ленинградский со сметаной		200/10	150/5	99,05	70,29	Каймаклы рассольник
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным		50/50	50/50	185,51	185,51	Томатлы каймаклы соуста ит шарчыклары
Макароны отварные		130	110	183,46	155,24	Пешкэн макарон
Напиток "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>				745,67	655,67	
ПОЛДНИК						КИЧКЕ ЭБЭД
Кефир		150	130	77,78	67,41	Кефир
<i>ИТОГО</i>				77,78	67,41	
УЖИН						КИЧКЕ АШ
Котлеты "Любимые"		75	50	37,76	24,78	Кэтлит
Рагу овощное		130	110	115,13	97,42	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>				263,08	217,04	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>				1 354,63	1 166,80	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ				158,45 (САД)		125,81 (ЯСЛИ)

Меню



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

<u>ПЯТНИЦА</u> <u>21/03</u>		Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЖОМГА</u> <u>21/03</u>
<u>ЗАВТРАК</u>		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом		30/5	20/5	33,10	33,11	Майлы ак күмәч
Яйцо вареное		1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йомырка
Каша молочная пшеничная с маслом		200/3	150/3	230,02	177,48	Сөтле-майлы бодай боткасы
Какао с молоком полусладкое		180	150	96,00	80,00	Сөтле какао
<i>ИТОГО</i>				426,56	358,03	
<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>
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		200/10	150/5	94,33	66,74	Каймаклы борщ ашы
Биточки рыбные "Морячка"		75	50	144,53	71,01	Балык биточкалары
Пюре картофельное		130	110	104,38	88,32	Бэрэнге боткасы
Огурец соленый порц		15	10	3,95	2,63	Өлөшлө тозлы кыяр
Кисель из концентрата 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>				566,09	426,03	
<u>ПОЛДНИК</u>						<u>КИЧКЕ ЭБЭД</u>
Молоко кипяченое		130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөтө
<i>ИТОГО</i>				73,10	56,23	
<u>УЖИН</u>						<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко		100	100	41,20	41,20	Алма
Тефтели из птицы с соусом томатным		60/30	60/30	166,34	166,34	Соуста белән кош итеннән тефтели
Каша ячневая вязкая		130	110	117,47	99,40	Арпа боткасы
Чай полусладкий с печеньем сахарным		200/15	150/15	131,02	125,65	Баллырак чэй, печенже
Хлеб "Рябинушка"		1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>				503,49	480,05	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>				1 611,64	1 362,74	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>				158,45 (САД)	125,81 (ЯСЛИ)	