

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю

Заведующий МБДОУ «Детский сад №30

«Кораблик»

/Кошелева С.В./

Старшая медсестра/

/Корунова Ю.Е./

Прием пищи / <i>ашау</i> Наименование блюд / <i>ашларның исемлеге</i> 1 ДЕНЬ / 1 КӨН	Выход Блюда / <i>ашау</i> күләме ясли	Энергетическая ценность / <i>энергия</i> кыймәте	Выход Блюда / <i>ашау</i> күләме сад	Энергетическая ценность / <i>энергия</i> кыймәте
		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша манная молочная с маслом/ <i>Манный боткасы</i>	150/5	171,10	200/5	228,00
Чай с сахаром/ <i>Баллы чәй</i>	160/4	18,00	180/5	20,38
Бутерброд с маслом сливочным/ <i>Май белән ипи</i>	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	57,00	125	90,90
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Салат из свежей капусты/ <i>Кәбестә салаты</i>	30	26,00	50	43,50
Суп вермишелевый с картофелем, курицей/ <i>Тавык шурпасыннан пешерелгән токмачлы аш</i>	150/10	96	200/15	132,60
Тефтели из говядины с соусом томатным/ <i>Итле тефтели соус белән</i>	50	73	70/10	103
Рис отварной с овощами / <i>Яшелчәләр белән дөгә боткасы</i>	110	193,6	130	225,00
Кисель / <i>Кесәл</i>	150	33,34	180	40
Хлеб сельский/ <i>Ипи</i>	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Булочка домашняя/ <i>Күмәч</i>	40	137,00	50	177,00
Катык/ <i>Катык</i>	110	54,30	120	62,1
Рагу с курицей/ <i>Тавык белән рагу</i>	20/100	167,00	40/120	209,00
Напиток из шиповника/ <i>Гөлҗимеш компоты</i>	150/4	25,9	180/5	31,1
Хлеб пшеничный/ <i>Ипи</i>	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1454,00	1264,24	1786,5	1610,58

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30

«Кораблик»
/Кошелева С.В./

Старшая медсестра/
/Корунова Ю.Е./

Прием пищи / ашау Наименование блюд / ашларның исемлеге 2 ДЕНЬ / 2 КӨН	Выход блюда / ашау күләме ясли	Энергетическая ценность / энергия кыймәте		
		Ккал	Ккал	
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша "Дружба" молочная с маслом/ Сәттә һәм майда пешерелгән "Дуслык" боткасы	150/5	131,00	200/5	173,80
Какао с молоком/ Какао сәт белән	160	73,30	180	87,30
Бутерброд с сыром, маслом/ Сыр һәм май белән ити	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Фрукты свежие/Жимешләр	100	36,00	100	36,40
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Помидоры свежие порционно/Помидор	30	7,20	50	12,00
Суп из овощей с курицей, со сметаной/Кәбестә ашы каймак белән	150/10/5	93,00	200/15/6	126,00
Биточки рубленые из рыбы/ Балыктан ясалган биточкалар	50	111,40	70	129,00
Картофельное пюре/Бәрәңге боламыгы	110	100,10	130	155,00
Компот из яблок/Алмалы компоты	150	42,10	180	48,50
Хлеб сельский / Ити	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Кондитерские изделия/Кондитер ризыклары	15	134,80	15	150,00
Молоко кипяченое/ Кайнаган сәт	110	51,00	120	63,40
Запеканка творожная, с молоком сгущенным/ эремчектән пешерелгән ,куертылган сәт белән	100/10	148,00	150	241,00
Чай с сахаром и лимоном/ Лимон белән баллы чәй	150/4/4	34,50	180/5/5	41,40
Хлеб пшеничный/ Ити	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1393,00	1195,00	1725,5	1546,80

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
 «Кораблик»
 Кошелева С.В./
 Старшая медсестра/
 Коронова Ю.Е./

Прием пищи / <i>ашау</i> Наименование блюд / <i>ашларның исемлеге</i> 3 ДЕНЬ/ 3 КӨН	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме Ясли	Энергетическая ценность/ энергия кыймәте	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме сад	Энергетическая ценность / энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша геркулесовая молочная с маслом/ <i>геркулес боткасы</i>	150/5	126,00	200/5	182,30
Чай с молоком, сахаром/ <i>Баллы сәтле чай</i>	160/4	74,80	180/5	89,00
Бутерброд с маслом сливочным/ <i>Май белән ити</i>	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	53,00	125	49,60
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Огурцы свежие порционно/ <i>Кыяр</i>	30	3,39	50	6,00
Суп с гречневой крупой и картофелем, с мясными фрикадельками/ <i>Карабодай, бәрәңге һәм итле фрикаделькадан пешерелгән аш</i>	150/10	110,30	200/15	133,5
Голубцы ленивые/ <i>Голубцы</i>	140/15	277,00	150/20	333,40
Напиток из урюка/ <i>жыләк – жимеш компоты</i>	150	52,10	180	63
Хлеб сельский/ <i>Ити</i>	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Ватрушка с повидлом/ <i>Ватрушка повидло белән</i>	40	136	50	170,00
Ряженка	110	55,60	120	64,00
Макарон отварные/ <i>Пешкән макарон</i>	110	143,40	130	169,20
Яйцо вареное/ <i>Күкәй</i>	1/2шт	31,5	1шт	63,00
Чай с сахаром/ <i>Баллы чай</i>	160/4	18,00	180/5	20,38
Хлеб пшеничный / <i>Ити</i>	20	47	23	54,50
ВСЕГО/ БАРЛЫГЫ :	1461	1293,09	1762,5	1590,88

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»



Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30

«Кораблик»

/Кошелева С.В./

Старшая методистка/

/Корунова Ю.Е./

Прием пищи/ <i>ашау</i> Наименование блюд/ <i>ашларның исемлеге</i> 4 ДЕНЬ / 4 КӨН	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме ясли	Энергетическая ценность/ <i>энергия</i> кыймәте		Энергетическая ценность <i>энергия</i> кыймәте	
		Ккал	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме сад	Ккал	
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ					
Каша пшённая молочная с маслом/ <i>Бодай боткасы</i>	150/5	128,00	200/5	195,40	
Кофейный напиток с молоком/ <i>Сөтле кофе</i>	165/7	55	180	65,00	
Бутерброд с сыром, маслом/ <i>Сыр һәм май белән ипи</i>	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00	
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ					
Фруктовое пюре/ <i>Жимешләр</i>	125	44,00	125	55,00	
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ					
Помидоры свежие порционно/ <i>Помидор</i>	30	7,20	50	12,00	
Щи на мясном бульоне со свежей капустой, картофелем, с сметаной / <i>Ит шурпасыннан пешерлгән кәбестә ашы, каймак белән</i>	150/5	120,00	200/5	158,50	
Жаркое по-домашнему из отварной говядины/ <i>Сыер итеннән пешерлгән кыздырма</i>	130	238	180	281,5	
Кисель / <i>Кесәл</i>	150	33,34	180	40	
Хлеб сельский/ <i>Ипи</i>	30	66	37,5	82,5	
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ					
Вафли	21	137,00	21	160,60	
Катык	110	54,30	120	62,1	
Суфле из творога, с молоком сгущенным/ <i>Куертылган сөт белән эремчек суфлесы</i>	100/10	148,00	150/20	244,50	
Напиток шиповника/ <i>гөлжүмеш компоты</i>	150/4	25,9	180/5	31,1	
Хлеб пшеничный/ <i>Ипи</i>	20	47	23	54,50	
ВСЕГО/ БАРЛЫГЫ :	1370	1223,34	1721,5	1588,70	

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
«Кораблик»



/Кошелева С.В./

*Старшая медсестра/

/Корунова Ю.Е./

Прием пищи / ашау Наименование блюд/ашларның исемлеге 5 ДЕНЬ / 5 КӨН	Выход блюда / ашау күләме ясли	Энергетическая ценность/ энергия кыймәте	Выход блюда/ ашау күләме сад	Энергетическая ценность/ энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша полбяная молочная с маслом/ Полба боткасы	150/5	138	200/5	187,20
Какао с молоком/ Сөтле какао	160	73,30	180	87,30
Бутерброд с маслом сливочным/ Май белән ипи	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	40,00	125	85,00
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Салат из свежих огурцов и помидоров/Яшелчә салаты (кыяр һәм помидор)	30	24,00	50	37,00
Свекольник с курицей со сметаной/Чогендер ашы тавык һәм каймак белән	150/10/5	97,00	200/10/6	124,60
Плов из курицы/Тавык итеннән пешерелгән плов	130	253	160	324
Компот из яблок/ Алмалы компоты	150	42,10	180	48,50
Хлеб сельский/Ипи	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Плюшка новомосковская/Күмәч	40	112,00	50	142
Кефир	110	54,8	120	60,20
Капуста тушеная с мясом/Кәбестә ит белән пешерелгән	110	191,00	150	280,00
Чай с сахаром/ Баллы чәй	160/4	18,00	180/5	20,38
Хлеб пшеничный/ Ипи	20	47	23	54,50
ВСЕГО/ БАРЛЫГЫ :	1424	1255,20	1716,5	1630,18

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
 «Кораблик»
 Кошелева С.В./
 Старшая медсестра/
 Корюнова Ю.Е./



Прием пищи / ашау Наименование блюд/ ашларның исемлеге	Выход блюда / ашау күләме ясли	Энергетическая ценность /энергия кыймәте	Выход блюда/ ашау күләме сад	Энергетическая ценность /энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
6 ДЕНЬ / 6 КӨН				
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша геркулесовая молочная с маслом/ Геркулес боткасы	150/5	120,00	200/5	182,30
Чай с молоком, сахаром/ Сөтле баллы чай	160/4	74,80	180/5	89,00
Бутерброд с сыром, маслом/ Сыр һәм май белән ипи	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Фрукты свежие/Жимешләр	100	40,00	100	53,20
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Салат из свежей капусты/Кәбестә салаты	30	26,00	50	43,50
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной/Тавык һәм каймак белән рассольник ашы	150/10/ 5	94	200/15 /5	125,00
Биточки куриные "Солнышко"/Тавык котлеты "Кояшкай"	50	123,00	70	152,00
Макаронны отварные/ Пешкән макарон	110	143,40	130	169,20
Кисель/Кесәл	150	33,34	180	40
Хлеб сельский/ Ипи	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Булочка сдобная/Күмәч	40	108	50	130
Ряженка	110	55,60	120	64,00
Гречка с фаршем и овощами/ Яшелчәләр белән карабодай боткасы, ит белән	110	203,00	130	252,00
Напиток из шиповника/ Гөлҗимеш компоты	150/4	25,9	180/5	31,1
Хлеб пшеничный /Ипи	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1321	1279,64	1725,5	1570,80

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
 «Кораблик»
 Кошелева С.В./
 Старшая медсестра/
 /Корунова Ю.Е./


Прием пищи / ашау Наименование блюд/ашларның исемлеге	Выход блюда / ашау куләме ясли	Энергетическая ценность / энергия кыймәте	Выход блюда/ ашау куләме сад	Энергетическая ценность / энергия кыймәте
7 ДЕНЬ / 7 КӨН		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша рисовая молочная с маслом/Дөге боткасы	150/5	112,00	200/5	153,00
Кофейный напиток с молоком/Сөтле кофе	165/7	55	180	65,00
Бутерброд с маслом сливочным/ Май белән ипи	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	77,00	125	135,00
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Помидоры свежие порционно/Помидор	30	7,20	50	12,00
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренками/Итле фрикаделька шурпасыннан пешерелгән борчак ашы	150/10/10	89,00	200/15/10	112
Тефтели рыбные с маслом/ Балык котлеты	50/2	139,00	70/3	169,00
Пюре картофельное/ Бәрәңге боламыгы	110	100,10	130	155,00
Компот из свежих яблок/Алмалы компоты	150	42,10	180	48,50
Хлеб сельский/ Ипи	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Кондитерское изделие	15	134,80	15	134,80
Молоко кипяченое/ Кайнаган сөт	110	51,00	120	63,40
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным/Эремчек белән дөгедән ясалган пудинг	130	194,00	150	242,00
Чай с сахаром и лимоном/ Лимон белән баллы чәй	150/4/4	34,50	180/5/5	41,40
Хлеб пшеничный/ Ипи	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1463	1247,70	1714,5	1579,10

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
 «Кораблик»
 Кошелева С.В./
 Старшая медсестра/
 Корунова Ю.Е./

Прием пищи / ашау Наименование блюд \ ашларның исемлеге	Выход блюда / ашау куләме ясли	Энергетическа	Выход блюда / ашау куләме сад	Энергетическа
		я ценность / энергия кыймәте		я ценность / энергия кыймәте
8 ДЕНЬ / 8 КӨН		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Суп молочный с вермишелью/Токмачлы сәтле аш	150	126,00	180	153,00
Какао с молоком/ Сәтле какао	160	73,30	180	87,30
Бутерброд с сыром, маслом/ Сыр һәм май белән ити	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Фруктовое пюре/Жимешләр	125	44,00	125	55,00
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Огурцы свежие/Кыяр	30	3,39	50	6,0
Борщ со свежей капустой, картофелем, на мясном бульоне, со сметаной/Итле шурпасыннан пешерелгән борщ	150/5	86,00	200/5	158,30
Плов из отварной говядины/ Сыер итеннән пылау	130	271,00	160	323,00
Напиток из урюка/ Жиләк жимеш компоты	150	52,10	180	63
Хлеб сельский/ Ити	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Пирожок печеный с повидлом	40	136,00	50	170,00
Катык	110	47,20	120	62,1
Рагу овощное с мясом птицы/Тавык белән рагу	100/20	188,00	120/25	227,00
Хлеб пшеничный/Ити	20	47	23	54,50
Чай с сахаром/ Баллы чәй	160/4	18,00	180/5	20,38
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1412	1277,59	1680,5	1607,58

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
 «Кораблик»

 /Кошелева С.В./
 Старшая медсестра/
 /Корунова Ю.Е./

Прием пищи /ашау Наименование блюд /ашиларның исемлеге	Выход блюда / ашау күләме ясли	Энергетическая ценность / энергия кыймәте	Выход блюда/ ашау күләме сад	Энергетическая ценность / энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
9 ДЕНЬ / 9 КӨН				
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша полбяная молочная с маслом/ Полба боткасы	150/5	138,00	200/5	194
Чай с молоком, сахаром/ Сөтле баллы чай	160/4	74,80	180/5	89,00
Бутерброд с маслом сливочным/ Май белән ипи	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	42,00	125	62,00
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Помидоры свежие порционно/Помидор	30	7,20	50	12,00
Суп с рисовой крупой и картофелем, с мясными фрикадельками/ Дөгә, бәрәңгә һәм итле фрикаделькадан пешерелгән аш	150/10	124,00	200/15	134,00
Пюре картофельное/ Бәрәңгә боламыгы	110	100,10	130	155,00
Котлеты "Аппетитные"/ "Аппетитлы" котлет	50	122,00	70	171,2
Кисель/Кесәл	150	33,34	180	40,00
Хлеб сельский/ Ипи	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Кондитерские изделия/Кондитер ризыклары	10	55,00	10	125,00
Ряженка	110	55,60	120	64,00
Запеканка из творога с крошкой/Эремчек казы	130	225,00	150	271,00
Напиток шиповника/ Гөлҗимеш компоты	150/4	25,9	180/5	31,1
Хлеб пшеничный/ Ипи	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1428	1214,94	1720,5	1596,30

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
 «Кораблик»
 Кошелева С.В./
 Старшая медсестра
 Жорунова Ю.Е./

Прием пищи/ <i>ашау</i> Наименование блюд / <i>ашларның исемлеге</i> 10 ДЕНЬ /10 КӨН	Выход блюда / ашау күләме	Энергетическая ценность / энергия кыймәте	Выход блюда / ашау күләме	Энергетическая ценность / энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК/ИРТӘНГЕ АШ				
Каша пшеничная молочная с маслом/ <i>Бодай боткасы</i>	150/5	128,00	200/5	194,00
Кофейный напиток с молоком/ <i>Сөтле кофе</i>	165/7	55	180	65,00
Бутерброд сыром, маслом/ <i>сыр һәм май белән ити</i>	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Фрукты свежие/ <i>Жимешләр</i>	100	60,00	100	49,00
ОБЕД /ТӨШКЕ АШ				
Салат из свежих огурцов и помидор/ <i>Яшелчә салаты (кыяр һәм помидор)</i>	30	24,00	50	37,00
Суп из овощей с курицей, со сметаной/ <i>Тавык шурпасыннан пешерелгән аш</i>	150/10/5	93,00	200/15/6	126,00
Гуляш из куриной грудки/ <i>Тавык гуляшы</i>	40/40	157,80	45/45	207,00
Каша гречневая вязкая / <i>Яшелчәләр белән</i>	110/2,5	116,00	130/3	135,10
Напиток из урюка/ <i>Жиләк – жимеш компоты</i>	150	52,10	180	63
Хлеб сельский/ <i>Ити</i>	30	65,9	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Ватрушка с сыром/ <i>Ватрушка сыр белән</i>	40	169	50	221,00
Кефир	110	54,8	120	60,20
Омлет натуральный/ <i>Омлет</i>	130	142,50	140	167,4
Чай с сахаром/ <i>Баллы чай</i>	160/4	18,00	180/5	20,38
Хлеб пшеничный/ <i>Ити</i>	20	47	23	54,50
ВСЕГО /БАРЛЫГЫ:	1491,50	1302,30	1754,5	1627,58