

**МЕНЮ**

2023 ел (2)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы, “Дуслык” боткасы /Каша Дружба молочная с маслом	200/5	173,80
Сөтле какао/Какао с молоком	180	87,30
Сыр һәм май белән ак күмәч /Бутерброд с сыром,маслом	30/7/3	146,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр /Фрукты свежие	100	36,40
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Чөгендер салаты / Салат из свеклы	50,00	42,00
Фрикаделькадан умач ашы /Суп картофельный с клецками и мясными фрикадельками.	200/15	187,0
Балыктан кәтлит/Биточки рубленые из рыбы	70	129,00
Бәрәңге боламыгы/Пюре картофельное	130	155,00
Кесәл /Кисель	180	40,0
“Авыл” икмәге /Хлеб сельский	37,5	82,50
<b>Көндөзгә аш – Полдник</b>		
Кайнатылган сөт / Молоко кипяченое	120	63,4
Кондитер ризыгы/Кондитер. изделие (крекер)	10	158,0
Куертылган баллы сөт, рис белән эремчек пудингы / Пудинг из творога с рисом с мол.сгуш.	150/20	242,0
Лимонлы баллы чэй/Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	41,40
Кишер салаты/Салат из моркови	50	37,0
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,5

**МЕНЮ**

2023 ел (5)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы борай боткасы/Каша полбяная молочная с маслом	200/5	187,2
Сөтле какао/Какао с молоком	180	87,3
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	30/5	111,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	85,0
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Кыяр һәм помидор салаты / Салат из свежих помидоров и огурцов	50	37,00
Бәрәңге һәм фрикаделька белән токмач ашы /Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками	200/15	132,60
Тавык итеннән пылау / Плов из курицы	160	324,0
Алма компоты /Компот из св. яблок	180	48,5
“Авыл” икмәге /Хлеб сельский	37,5	82,5
<b>Көндөзгә аш - Полдник</b>		
Сыр белән пицца/Пицца с сыром	50	221,00
Кефир	120	60,20
Йомырка тәбәсе/Омлет натуральный	140	167,40
Баллы чэй/Чай с сахаром	180/5	20,38
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,5

**МЕНЮ**

2023 ел (4)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы, тары боткасы/Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	195,40
Сөтле кәһва/Кофейный напиток с молоком	180	65,0
Сыр һәм май белән ак күмәч /Бутерброд с сыром,маслом	30/7/3	146,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр /Фрукты свежие	100	61,0
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Помидор/Помидоры свежие порционно	50	12,00
Ит шулпасында пешерелгән ши, каймак белән/Ши со св. капустой, картофелем, на м/б и сметаной	200/5	158,50
Итле бәрэнге/ Жаркое по-домашнему из отварной говядины	180	266,00
Жимеш компоты/Компот из сухофруктов	180	75,0
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	37,5	82,5
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Катык	120	62,1
Кондитер ризыгы/Кондитер. изделие (вафли)	20	156,0
Кишер белән алма салаты /Салат из моркови с яблоками	50	37,0
Куертылган баллы сөт белән эремчек суфлесы/ Суфле из творога с молоком сгуц.	150/20	244,50
Гөлжимеш эчемлеге/Напиток шиповника	180/5	31,1
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,5

**МЕНЮ**

2023 ел (3)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы солы боткасы /Каша геркулесовая молочная с маслом	200/5	182,30
Сөт белән баллы чэй /Чай с молоком, сахаром	180/5	89,0
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	30/5	111,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	49,6
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Кыяр/Огурцы свежие порционно	50	6,00
Фрикаделька, каймак белән чөгендер ашы/Свекольник с мясными фрикадельками со сметаной	200/15/6	94,0
Күркә итеннән гуляш/Гуляш из индейки	45/45	207,0
Карабодай боткасы/Каша гречневая (вязкая)	130/3	135,10
Өрек компоты/Напиток из урюка	180	63,0
“Авыл” икмәге /Хлеб сельский	37,5	82,5
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Ряженка	120	64,0
Юл күмәче/Булочка Дорожная	50	213,0
Ялкау голубцы/Голубцы ленивые	150	178,00
Баллы чэй /Чай с сахаром	180/5	20,38
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,5

**МЕНЮ**

\_\_\_\_\_ 2023 ел (6)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	Ккал.
	10,5	
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы солы боткасы / Каша геркулесовая молочная с маслом	200/5	182,30
Сөтле баллы чэй/Чай с молоком,сахаром	180/5	89,0
Сыр һәм май белән ак күмәч / Бутерброд с сыром,маслом	30/7/3	146,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр/Фрукты свежие	100	53,20
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Яңа кәбестә салаты/Салат из свежей капусты	50	43,50
Фрикаделька белән пешерелгән бәрәңгеле борчак ашы (гренки белән) /Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренками	200/15/10	112,00
“Кояш” тавык итеннән биточкилар/Биточки курины”Солнышко”	70	152,0
Суда пешкән токмач /Макарони отварные	130	169,20
Өректән эчемлек/Напиток из урюка	180	63,0
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	37,5	82,5
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Күмәч /Булочка сдобная	50	130,0
Ряженка	120	64,0
Фарш һәм яшелчәләр белән карабодай боткасы/Гречка с фаршем и овощами	130	243,0
Баллы чэй/Чай фруктовый	180/7	69,5
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,5

**МЕНЮ**

\_\_\_\_\_ 2023 ел (1)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	Ккал.
	10,5	
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле манний боткасы (май белән)/ Каша манная молочная с маслом	200/5	228,0
Баллы чэй/Чай с сахаром	180/5	20,38
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	30/5	111,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	90,90
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Яңа кәбестә салаты/Салат из свежей капусты	50	43,50
Тавык итеннән, каймаклы, рассольник ашы /Рассольник ленинградский с курицей и сметаной.	200/15/5	136,30
Томат соусы белән тефтельләр/Тефтели из говядины с соусом томатным	70/10	103,0
Суда пешкән макарон /Макарони отварные	130	169,2
Кипкән жиләк-жимеш компоты/Компот из сухофруктов	180	75,0
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	37,5	82,5
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Катык	120	62,1
Күмәч / Булочка домашняя	50	177,0
Тавык итеннән рагу / Рагу с курицей	40/120	178,0
Баллы чэй/Чай фруктовый	180/7	69,5
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,50

## МЕНЮ

2023 ел (8)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	Ккал.
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы, манний боткасы /Каша манная молочная с маслом	200/5	228,0
Сөтле какао/Какао с молоком	180	87,3
Сыр һәм май белән ак күмәч/ Бутерброд с сыром,маслом	30/7/3	146,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр/Фрукты свежие	100	49,0
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Кыяр/Огурцы свежие порционно	50	6,00
Яңа кәбестәдән пешерелгән борщ, каймак белән/Борщ со свеж.капустой, картофелем на м/б со сметаной	200/5	158,30
Пешергән итгән плов/Плов из отварной говядины	160	323,0
Жиләк-жимеш компоты /Компот из сухофруктов	180	75,00
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	37,5	82,5
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Катык	120	62,1
Новомосковская күмәче/Плюшка Новомосковская	50	142
Пешкән йомырка/ яйцо вареное	48	63,0
Пешерелгән макарон/Макарони отварные	100	136,0
Баллы чэй/Чай с сахаром	180/5	20,38
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,5

## МЕНЮ

2023 ел (7)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөт белән тары боткасы (май белән) /Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	194,0
Сөтле кәһва/Кофейный напиток с молоком	180	65,0
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	30/5	111,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	83,0
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Чөгендер салаты / Салат из свеклы	50	42,00
Тавык итеннән, каймаклы, рассольник ашы /Рассольник ленинградский с курицей и сметаной.	200/15/5	136,30
Балык биточкалары/Биточки рубленные из рыбы	70	129
Бәрэнге боламыгы/Пюре картофельное	130	155,00
Кесәл/Кисель	180	40,0
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	37,5	82,5
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Кондитер ризыгы/Кондитерские изделия (крекер)	10	117,0
Кайнатылган сөт/Молоко кипяченое	120	63,4
Куертылган баллы сөт белән эремчек запеканкасы/Запеканка творожная с молоком сгуц.	150/20	241,0
Кишер белән алма салаты/Салат из моркови с яблоками	50,0	37,0
Лимонлы баллы чэй/Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	41,4
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,5

## МЕНЮ

2023 ел (10)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы дөгө боткасы/Каша рисовая молочная с маслом	200/5	148,0
Сөтле кәһвә/Кофейный напиток с молоком	180	65,0
Сыр һәм май белән күмәч/ Бутерброд с сыром,маслом	30/7/3	146,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Жиләк-жимешләр/Фрукты свежие	100	92,68
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Кыяр һәм помидор салаты / Салат из свежих помидоров и огурцов	50	37,00
Тавык итеннән токмачлы аш/ Суп- лапша домашняя с курицей	200/15	110,0
“Аппетит” котлеты/Котлеты “Аппетитные”	70	171,20
Яшелчә белән арпа боткасы/Каша перловая с овощами	130/4	180,0
Өрек эчемлеге/Напиток из урюка	180	63,0
“Авыл” икмәге /Хлеб сельский	37,5	82,5
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Кефир	120	60,2
Бәрэнге тәкәсе/ Пирожок печёный с картофелем	50	232,00
Йомырка тәбәсе/Омлет натуральный	140	167,40
Баллы чэй/ Чай с сахаром	180/5	20,38
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,50

## МЕНЮ

2023 ел (9)

	1 өлешлек чыгыш/выход 1 порция	
	Бакча/сад	
	10,5	Ккал.
<b>Иртэнге аш - Завтрак</b>		
Сөтле, майлы борай боткасы/Каша полбяная молочная с маслом	200/5	187,20
Сөтле баллы чэй/Чай с сахаром, молоком	180/5	89,0
Атланмай ягылган күмәч/Бутерброд с маслом сливочным	30/5	111,0
<b>2 нче иртэнге аш – второй завтрак</b>		
Сок	125	62,0
<b>Төшке аш – Обед</b>		
Помидор/Помидоры свежие порционно	50	12,00
Итле, каймаклы, бәрэнгеле кәбестә ашы/Щи со св.капустой,картофелем, курицей и сметаной	200/15/5	158,50
Ит белән бәрэнге запеканкасы/Запеканка картофельная с мясом	150/20	280,0
Алма компоты/Компот из свежих яблок	180	48,50
“Авыл” икмәге/Хлеб сельский	37,5	82,5
<b>Туклыклы төштән соңгы аш – Полдник</b>		
Кондитер ризыгы/Кондитерские изделие (печенье)	20	94,0
Ряженка	120	64,0
Уалчык белән эремчек запеканкасы/Запеканка из творога с крошкой	150	271,0
Гөлжимеш эчемлеге/Напиток шиповника	180/5	31,1
Кишер салаты/Салат из моркови	50	37,5
Ак ипи/Хлеб пшеничный	23	54,5

