

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида №4 «Берёзка»
п.г.т. Актюбинский Азнакаевского
муниципального района РТ
_____ Р.Р. Камилова
_____ 2025г.

МЕНЮ НА ПОНЕДЕЛЬНИК

ЗАВТРАК Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Бутерброд с маслом сливочным, с сыром Кофейный напиток с молоком	ГРАММЫ 140/180 25/5 30/5 180/180	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән солы боткасы ак май белән Майлы һәм сыр ягылган ипи Каһвә эчемлеге
2-ЗАВТРАК Фрукты	200/180	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жиләк – жимеш
ОБЕД Суп картофельный с клецками на курином бульоне Курица отварная с овощами Икра кабачковая Пюре картофельное Хлеб ржаной Напиток из сухофруктов	150/180 50/70 30/50 120/140 35/45 150/180	ТӨШКЕ АШ Тавык шулпасында пешкән умач ашы Яшелчәләр белән пешерелгән тавык Ташкабак икрасы Төелгән бәрәңге Арыш ипие Жимеш компоты
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Печенье	150/180 20/20	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган сөттән эчемлек Печенье
УЖИН Рыба тушеная с овощами Рис отварной рассыпчатый Чай с сахаром Хлеб пшеничный	40/50 110/130 150/180 30/35	КИЧКЕ АШ Яшелчәләр белән пешкән балык Таралып пешкән дөгә Баллы чәй Бодай ипие

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
46,59 / 57,95	45,41 / 56,88	200,76 / 242,75	1413,89 / 1713,42	27,35 / 30,99

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида №4 «Берёзка»
п.г.т. Актюбинский Азнакаевского
муниципального района РТ
_____ Р.Р. Камилова
_____ 2025г.

МЕНЮ НА ВТОРНИК

ЗАВТРАК Каша пшенная молочная с маслом сливочным Бутерброд с маслом сливочным Какао с молоком	ГРАММЫ 140/180 25/10/5 30/10/5 180/180	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән майлы тары боткасы Май ягылган ипи Сөтле какао
2-ЗАВТРАК Сок	200/200	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жимеш суы
ОБЕД Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном б-не со сметаной Салат из моркови с сахаром Гуляш из отварной говядины Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	150/180 40/60 40/20 30/40 110/130 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Ит шулпасында пешкән һәм каймак кушылган чөгөндөр ашы. Шикәр белән кишер салаты Пешкән сыер итеннән гуляш Атланмайлы таралып торган карабодай боткасы Алма компоты Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Булочка сладкая	150/180 35/50	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган сөттән эчемлек Баллы күмәч
УЖИН Омлет натуральный Чай с сахаром и лимоном Хлеб пшеничный	130/150 150/180 25/25	КИЧКЕ АШ Куырылган йомырка Лимон кушылган баллы чай Бодай ипие

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
56.,50 / 66,43	60,00 / 72,43	190,89 / 226,34	1548,78 / 1850,20	22,31 / 25,05

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида №4 «Берёзка»
п.г.т. Актюбинский Азнакаевского
муниципального района РТ
_____ Р.Р. Камилова
_____ 2025г.

МЕНЮ НА СРЕДУ

ЗАВТРАК Каша ячневая молочная с маслом сливочным Бутерброд с маслом сливочным, с сыром Чай с молоком, с сахаром	ГРАММЫ 140/180 25/5 30/5 180/180	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән майлы арпа боткасы Майлы һәм сыр ягылган ипи Сөтле баллы чәй
2-ЗАВТРАК Фрукты	100/100	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жиләк – жимеш
ОБЕД Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной Салат из свежей капусты с морковью Биточки домашние Макаронные изделия с маслом сливочным Кисель Хлеб ржаной	150/180 40/60 50/70 110/130 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Каймаклы тавык шулпасында Ленинград тозлаучысы ашы Кишер белән яңа кәбестә салаты Өй битләре Атланмайлы макарон эшләнмәләре Кесәл Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Сушки	150/180 20/20	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган соттан эчемлек Сушки
УЖИН Королевская ватрушка Напиток из шиповника	130/150 150/180	КИЧКЕ АШ Патшалар шәңгәсе Гөлҗимеш эчемлеге

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
47,55 / 57,99	53,41 / 65,32	213,38 / 244,82	1521,47 / 1805,48	21,95 / 29,56

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида №4 «Берёзка»
п.г.т. Актюбинский Азнакаевского
муниципального района РТ
_____ Р.Р. Камилова
_____ 2025г.

МЕНЮ НА ЧЕТВЕРГ

ЗАВТРАК Каша манная молочная с маслом сливочным Бутерброд с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком	ГРАММЫ 140/800 25/5 30/5 180/180	ИРТӘНГЕ АШ Ак май белән сөтле маннй боткасы Май ягылган ипи Каһвә эчемлеге
2-ЗАВТРАК Сок	200/200	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жимеш суы
ОБЕД Суп-лапша домашняя на бульоне из индейки Салат из свеклы отварной с яблоками Индейка тушеная с овощами по-татарски Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным Компот из урюка Хлеб ржаной	150/180 40/60 30/40 110/130 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Күркә шулпасында пешкән өй токмачы ашы Алма белән пешерелгән чөгөндер салаты Татарча яшелчәләр белән тушенган күркә Таралып пешкән дөгә атланмай белән Өрек компоты Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Сдоба обыкновенная	150/180 25/50	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган сөттән эчемлек Күмәч
УЖИН Котлеты рыбные Пюре картофельное Чай с сахаром Хлеб пшеничный	50/70 120/140 150/180 25/30	КИЧКЕ АШ Балык котлетлары Изелгән бәрәнге Баллы чәй Бодай ипие

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
48,40 / 58,21	42,34 / 53,18	204,00 / 213,15	1515,80 / 1591,45	32, 45 / 38,00

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида №4 «Берёзка»
п.г.т. Актюбинский Азнакаевского
муниципального района РТ
_____ Р.Р. Камилова
_____ 2025г.

МЕНЮ НА ПЯТНИЦУ

ЗАВТРАК Каша гречневая молочная с маслом сливочным Бутерброд с маслом сливочным, с сыром Чай без сахара, с мармеладом	ГРАММЫ 140/180 25/5/5 30/5/5 170/180	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән карабодай боткасы ак май белән Майлы һәм сыр ягылган ипи Шикәрсез, мармеладлы чәй
2-ЗАВТРАК Фрукты	100/100	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жиләк – жимеш
ОБЕД Суп гороховый с картофелем , с мясными фрикадельками Салат из моркови с сахаром Тефтели мясные Рагу из овощей Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной	150/180 40/60 50/70 120/150 150/180 40/45	ТӨШКЕ АШ Бәрәңге, ит фрикаделькалары белән борчак ашы Шикәр белән кишер салаты Ит тефтельләре Яшелчәләрдән рагу Алма компоты Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Вафли	150/180 20/20	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган сөттән эчемлек Вафли
УЖИН Запеканка творожная с молоком сгущенным Чай с сахаром, с лимоном	110/130 150/180	КИЧКЕ АШ Кайнатылган сөт белән эремчек запеканкасы Лимон кушылган баллы чәй

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
48,11/ 56,41	60,08 / 70,29	189,28 / 219,50	1498,32 / 1746,48	16,62 / 19,73