

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 «Дружба» молочная с маслом сливочным Бутерброд с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком	ГРАММЫ 140/180 25/5 30/5 180/180	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән майлы “Дуслык” боткасы Май ягылган ипи Каһвә эчемлеге
2-ЗАВТРАК Сок	200/180	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жимеш суы
ОБЕД Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельками Котлеты рубленые из говядины Капуста тушеная Пюре картофельное Хлеб ржаной Напиток из сухофруктов	150/180 50/70 30/50 120/140 35/45 150/180	ТӨШКЕ АШ Ит фрикаделькалары белән токмач ашы Туралган ит кәтлите Томалап пешерелген кәбестә Төелгән бәрәңге Арыш ипие Киптерелгән жимешләрдән кайнатма
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Вафли	150/180 20/20	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган сөттән эчемлек Вафли
УЖИН Пудинг рыбный Рис отварной рассыпчатый Чай с сахаром Хлеб пшеничный	45/60 110/130 150/180 25/30	КИЧКЕ АШ Балык пудингы Төелгән бәрәңге 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

Ст. медсестра _____ (подпись)

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 полбянная молочная с маслом сливочным Бутерброд с маслом сливочным, с сыром Какао с молоком	ГРАММЫ 140/180 25/10/5 30/10/5 180/180	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән майлы борай боткасы Сыр һәм май ягылган ипи Сөтле какао
2-ЗАВТРАК Фрукты	100/100	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жиләк – жимеш
ОБЕД Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной Салат картофельный с солеными огурцами Фрикадельки куриные в молочном соусе Макаронные изделия отварные с маслом сливочным Кисель Хлеб ржаной	150/180 40/60 40/20 50/25 110/130 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Тавык ите шулпасында пешкән һәм каймак кушылган чөгөндөр ашы. Тозлы кыяр белән бәрәңге салаты Сөтле соус белән тавык фрикаделькалары Ак май салынган пешкән токмач Кесәл Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Булочка дорожная	150/180 35/50	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган сөттән эчемлек Күмәч
УЖИН Запеканка творожная с молоком сгущенным Чай с сахаром и лимоном Хлеб пшеничный	110/20 130/20 150/180 25/25	КИЧКЕ АШ Кайнатылган сөт белән эремчек запеканкасы Лимон кушылган баллы чәй 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

Ст. медсестра _____ (подпись)

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 кукурузная молочная с маслом сливочным Бутерброд с маслом сливочным Чай с молоком, с сахаром	ГРАММЫ 140/180 25/5 30/5 180/180	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән майлы кукуруз боткасы Май ягылган ипи Сөтле баллы чәй
2-ЗАВТРАК Сок	200/180	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жимеш суы
ОБЕД Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне, с мясом птицы Салат из свеклы с яблоками Рагу из овощей с мясным фаршем Компот из урюка Хлеб ржаной	150/200 40/60 110/150 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Тавык шолпасында пешкән тары боткасы белән бәрәңге ашы Алма белән кызыл чөгендер салаты Итле фарш белән яшелчә рагуы Кипкән жиләк - жимеш компоты Арыш ипие
ПОЛДНИК Молоко кипяченое Печенье	150/180 20/20	КИЧКЕ ӘБӘТ Кайнатылган сөт Печенье
УЖИН Эч почмак с мясным фаршем Чай с мармеладом Хлеб пшеничный	75/100 170/170 25/30	КИЧКЕ АШ Ит фаршы белән очпочмак Мармелад белән чәй Бодай ипие

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

Ст. медсестра _____ (подпись)

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 Суп молочный со звездочками Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом Кофейный напиток с молоком	ГРАММЫ 180/200 25/5/10 30/5/10 180/180	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән токмач ашы Майлы һәм повидло ягылган ипи Каһвә эчемлеге
2-ЗАВТРАК Фрукты	100/100	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жиләк – жимеш
ОБЕД Суп картофельный с горохом на курином бульоне Икра морковная Гуляш из отварной птицы Каша гречневая рассыпчатая с овощами Напиток из сухофруктов Хлеб ржаной	150/200 30/50 30/40 110/130 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Тавык шолпасында пешкән бәрәңге һәм борчаклы аш Кишер икрасы Томалап пешерелгән тавыктан гуляш Яшелчәләр таралып торган карабодай боткасы Жимеш компоты Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Булочка с сахаром	150/180 50/50	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган сөттән эчемлек Баллы күмәч
УЖИН Биточки рубленые из рыбы, запеченные в томатном соусе с овощами Пюре картофельное Чай с сахаром Хлеб пшеничный	40/20 50/25 120/140 150/180 25/30	КИЧКЕ АШ Балык биточкасы һәм томалап пешерелгән яшелчәләр Изелгән бәрәңге 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

Ст. медсестра _____ (подпись)

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 геркулесовая молочная с маслом сливочным Бутерброд с маслом сливочным, с сыром Какао с молоком	ГРАММЫ 140/180 25/10/5 30/10/5 180/180	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән солы боткасы ак май белән Майлы һәм сыр ягылган ипи Сөтле какао
2-ЗАВТРАК Сок	200/180	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жимеш суы
ОБЕД Суп из овощей на курином бульоне со сметаной Винегрет овощной с солеными огурцами Тефтели куриные в сметанно-томатном соусе Макаронные изделия с маслом сливочным Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	150/180 40/60 40/20 50/25 110/130 150/180 40/45	ТӨШКЕ АШ Тавык шолпасында пешкән каймак белән яшелчә ашы Яшелчәдән тозлы кыяр белән винегрет Тавык итеннән тефтель каймак соусы белән Пешкән токмач ак май белән Алма компоты Арыш ипие
ПОЛДНИК Молоко кипяченое Печенье	150/180 20/20	КИЧКЕ ӘБӘТ Кайнатылган сөт Печенье
УЖИН Омлет с сыром Чай с сахаром, с лимоном Хлеб пшеничный	130/150 150/180 20/30	КИЧКЕ АШ Сыр кушылган куырылган йомырка Лимон кушылган баллы чәй Бодай ипие

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

Ст. медсестра _____ (подпись)

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 пшенная молочная с маслом сливочным Чай с молоком, с сахаром Бутерброд с маслом сливочным	ГРАММЫ 140/180 180/180 25/5 30/5	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән майлы тары боткасы Сөтле баллы чәй Май ягылган ипи
2-ЗАВТРАК Фрукты	100/100	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жиләк – жимеш
ОБЕД Икра кабачковая Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной Курица тушеная с овощами по – татарски Каша гречневая рассыпчатая Кисель Хлеб ржаной	30/50 150/180 40/20 50/30 110/130 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Ташкабак икрасы Тавык шолпасында пешкән каймак салынган Ленинград рассольники Томалап пешерелгән тавык ите белән яшелчәләр татарча Таралган карабодай боткасы Кесәл Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Вафли	150/180 20/20	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган сөттән эчемлек Вафли
УЖИН Королевская ватрушка Напиток из шиповника	130/150 150/180	КИЧКЕ АШ Патшалар шәңгәсе Гөлҗимеш эчемлеге

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
51,47 / 61,22	51,75 / 60,90	197, 96 / 232,59	1475,41 / 1737,91	91,10 / 113,28

Ст. медсестра _____ (подпись)

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 манная молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	ГРАММЫ 140/180 180/180 25/10/5 30/10/5	ИРТӘНГЕ АШ Ак май белән сөтле маннй боткасы Каһвә эчемлеге Сыр һәм май ягылган ипи
2-ЗАВТРАК Сок	200/180	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жимеш суы
ОБЕД Салат с картофелем и солеными огурцами Щи со свежей капустой, с картофелем на бульоне из индейки со сметаной Плов из отварной индейки Напиток из сухофруктов Хлеб ржаной	40/60 150/180 150/200 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Тозлы кыяр белән бәрәңге салаты Куркә итендә пешкән каймак кушылган, яшь кәбестәдән бәрәңгеле аш Куркә итеннән пылау Киптерелгән жимешләрдән кайнатма Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Ватрушка с творогом	150/180 50/75	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган соттән эчемлек Эремчек шәңгәсе
УЖИН Биточки рубленные из рыбы Пюре картофельное Чай с мармеладо Хлеб пшеничный	50/70 120/150 170/170 25/30	КИЧКЕ АШ Туралган балыктан биточкалар Төелгән бәрәңге Мармелад белән чәй Бодай ипие

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
45,06 / 57,62	42,67 / 52,57	210, 73 / 258,71	1413,75 / 1751,79	35,96 / 43,66

Ст. медсестра _____ (подпись)

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 геркулесовая молочная с маслом сливочным Какао с молоком Бутерброд с маслом сливочным	ГРАММЫ 140/180 180/180 25/5 30/5	ИРТЭНГЕ АШ Сөттә пешкән солы боткасы ак май белән Каһвә Май ягылган ипи
2-ЗАВТРАК Фрукты	100/100	2-Е ИРТЭНГЕ АШ Жиләк – жимеш
ОБЕД Салат из зеленого горошка Суп картофельный с гречневой крупой на курином бульоне Суфле куриное с рисом Рагу из овощей Компот из урюка Хлеб ржаной	30/50 150/180 55/70 120/150 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Яшел борчак салаты Тавык шолпасында пешкән бәрәңге белән карабодай ашы Тавык ите кушылган дөгә суфлесы Яшелчә рагуы Өрек компоты Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Гребешок из дрожжевого теста	150/180 40/60	КИЧКЕ ӘБӘТ Өеган соттән эчемлек Повидло кушылган күмәч
УЖИН Омлет натуральный Чай с сахаром Хлеб пшеничный	130/150 150/180 25/30	КИЧКЕ АШ Куырылган йомырка Баллы чәй Бодай ипие

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
50,05 / 61,66	70,55 / 85,88	155,08 / 192,88	1467,69 / 1804,81	26,58 / 33,66

Ст. медсестра _____ (подпись)

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 пшеничная молочная с маслом сливочным Чай с молоком, сахаром Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	ГРАММЫ 140/180 180/180 25/10/5 30/10/5	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән майлы бодай боткасы Сөтле баллы чәй Май һәм сыр ягылган ипи
2-ЗАВТРАК Сок	200/180	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жимеш суы
ОБЕД Салат из припущенной моркови с яблоком Суп картофельный с горохом на мясном бульоне, с мясными фрикадельками Тефтели мясные Вермишель с маслом сливочным Кисель Хлеб ржаной	40/60 150/180 50/70 110/130 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Алма белән кишерден салат Итле шолпада пешкән борчаклы аш с фрикаделька белән Итле тефтелләр Ак май салынган пешкән токмач Кесәл Арыш ипие
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток Печенье	150/180 20/40	КИЧКЕ ӘБӘТ Оеган сөттән эчемлек Печенье
УЖИН Запеканка творожная с молоком сгущенным Чай с сахаром и лимоном	110/20 130/20 150/180	КИЧКЕ АШ Кайнатылган сөт белән эремчек запеканкасы Лимон кушылган балллы чәй

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
60,05 / 72,22	50,42 / 59,66	200,24 / 245,81	1510,52 / 1828,22	10,03 / 11,04

Ст. медсестра _____ (подпись)

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 рисовая молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом сливочным	ГРАММЫ 140/180 180/180 25/5 30/5	ИРТӘНГЕ АШ Сөттә пешкән майлы дөгә боткасы Каһвә эчемлеге Май ягылган ипи
2-ЗАВТРАК Фрукты	100/100	2-Е ИРТӘНГЕ АШ Жиләк – жимеш
ОБЕД Салат из отварной свеклы Суп-лапша домашняя на курином бульоне Биточки «Домашние» Картофель запеченный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	40/60 150/180 50/70 120/140 150/180 35/45	ТӨШКЕ АШ Кайнатылган чөгендер салаты Тавык шолпасында пешкән кул токмачы ашы Тавык ите биточкалары Печтә пешкән бәрәңге Алма компоты Арыш ипие
ПОЛДНИК Молоко кипяченое Печенье	150/180 20/40	КИЧКЕ ӘБӘТ Кайнатылган сөт Печенье
УЖИН Расстегай с рыбой Напиток из шиповника	100/100 150/180	КИЧКЕ АШ Балык расстегае Гөлҗимеш компоты

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	ВИТАМИН С
49,24 / 63,35	52,51 / 63,03	194,12 / 232,29	1401,78 / 1739,77	39,92 / 48,41

Ст. медсестра _____ (подпись)