"Утверждаю"
итель генерального директора по
ганизации питания АО "Департамент
ционального питания"
А.Е. Ягодова

Меню на 18 февраля 2026
Детского сада № 1
"Ласточка"

Согласовано
ведующий
ЗМДОУ № 1
Чапаева А.И.

| | Масса порции | Пищевые вещества, (г.) | | | Энергетич. ценность, кКал | | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | ясли/сад | Белки | Жиры | Углеводы | | Иртәнге аш | |
| Суп молочный с вермишелью | 180 / 200 | 8,01 / 8,90 | 7,56 / 8,40 | 29,61 / 32,90 | 219,00 / 243,00 | Сөтле вермишельле аш | №100 Дөим 2016 |
| Чай с сахаром | 160/4 / 180/5 | 0,05 / 0,06 | 0,01 / 0,02 | 4,42 / 4,99 | 18,0 / 20,32 | Шикәрле чәй | №411 Дөим 2016 |
| Бутерброд с сыром маслом | 25/5/3 / 25/7/3 | 3,50 / 4,00 | 5,95 / 6,00 | 12,90 / 12,83 | 119,60 / 122,0 | Итальянский сыр, сыр | №3 Дөим 2016 |
| | | | | | | Белән бутерброд | |
| II Завтрак Яблоко | 85 / 100 | 0,34 / 0,40 | 0,34 / 0,40 | 10,20 / 12,00 | 45,00 / 53,20 | Алма II Иртәнге аш | №386 Дөим 2016 |
| Обед | | | | | | Төшке аш | |
| Салат из моркови | 30 / 50 | 0,60 / 0,75 | 0,05 / 0,06 | 3,00 / 3,50 | 14,20 / 37,00 | Кишер салаты | №42 Дөим 2016 |
| Борщ со свежей капустой | 150/5 | 2,10 | 5,90 | 0,70 | 100,0 | Үләсте бәрәңге белән ит | №63 Дөим 2016 |
| картофелем на мр. собственн. | 200/5 | 3,00 | 7,90 | 18,80 | 153,00 | шулпасында пешерелгән балчыклы ашлама | |
| Плов из отварной говядины | 150 / 160 | 10,90 / 13,50 | 9,90 / 12,30 | 28,00 / 35,00 | 246,00 / 303,00 | Пешерелгән ит белән плов | №108 Технол. карта |
| Компот из изюма | 150 / 180 | 0,5 / 0,6 | 0,03 / 0,0 | 12,50 / 15,00 | 52,10 / 63,00 | Орлык кушмасы | ТТК №68 |
| Хлеб сельский | 30 / 37,5 | 1,5 / 1,8 | 0,3 / 0,4 | 14,3 / 18,0 | 66 / 82,5 | Арыш ипие | |
| Полдник | | | | | | Полдник | |
| Пирожок печеный с повидлом | 40 / 50 | 0,70 / 1,00 | 1,60 / 2,00 | 32,00 / 43,50 | 140,00 / 196,00 | Повидло белән пирожок | №437 Дөим 2016 |
| Ряженка | 100 / 110 | 3,00 / 3,77 | 2,50 / 2,75 | 4,50 / 5,00 | 54,10 / 61,10 | Ряженка | №98 Дөим 2016 |
| Рыба запеченная с овощами | 100/0 / 110/25 | 8,8 / 10,7 | 11,33 / 13,7 | 9,1 / 11,0 | 175 / 210 | Тавык белән пешерелгән яшелчә гарнир | ТТК №49 |
| Компот шиповника | 150/4 / 180/5 | 0,5 / 0,11 | 0,25 / 0,001 | 5,4 / 5,16 | 25,9 / 21 | Шиповник эчемлек | ТТК №59 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 / 20 | 1,6 / 1,6 | 0,2 / 0,2 | 9,8 / 9,8 | 47 / 47 | Бодай ипие 1с | |

ая м/с Ласточкина И.Н.

Шеф-повар Борисова Г.В