"Утверждаю"
Заместитель генерального директора по организации питания АО "Департамент продовольствия и комплексного питания г. Казань"
А.Х. Ягафова

Меню на 11 марта 2026
Детского сада № 1
"Ласточка"

Согласовано
заведующий
МБДОУ № 1
Хабибуллина А.И.

	Масса порции		Пищевые вещества, (г.)			Энергетич. ценность, кКал		№ рецептуры
Завтрак	ясли	сад	Белки	Жиры	Углеводы		Иртәнге аш	
Каша гречневая	150	3	5,00	5,63	16,50	136,50	Бутта гречаны	ТТК №5
молочная с маслом	200	3	7,00	8,50	23,00	196,50	маслы „Геркулес" йомшагы	
Чай с молоком, сахаром	180/4	180/5	2,3 / 2,6	2,0 / 2,3	14,9 / 14,3	74,8 / 79,0	Шикәрле сөтле чәй	№ 394 Дөйм 2010
Бутерброд с маслом	25/5		1,90	4,4	13	99	Маслы бутерброд	№ 1 Дөйм 2010
Сыр сычужный		25/5	1,90	4,4	13	99	Сычужный сыр бутерброд	
II Завтрак Сок	125	125	1,63 / 1,63	0,10 / 0,10	15,00 / 15,00	67,00 / 67,00	Сок II Иртәнге аш	№ 418 Дөйм 2016
Обед							Төшке аш	
Морковь отварная	30	50	0,24 / 0,40	0,03 / 0,05	0,60 / 1,00	3,60 / 6,00	Пешкән кишер	стр. 562, 1996
Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	150/10	200/15	2,00 / 5,00	6,80 / 9,00	3,60 / 3,40	82,00 / 116,00	Ит фрикаделькалары белән өрәнге дөге аше	№ 86 Дөйм 2016
Котлеты рыбные изумрудные	50	70	4,40 / 6,30	8,30 / 10,20	2,00 / 3,00	100,00 / 134,00	Изумруд балыгыннан котлет	№ 322 Дөйм 2016
Макаронные отварные	110	130	4,10 / 4,80	3,00 / 3,60	25,00 / 29,40	143,40 / 169,00	Пешкән макарон	№ 218 Дөйм 2016
Компот из сухофруктов	150	180	0,15 / 0,18	0,1 / 0,1	27,5 / 25,8	27 / 29	Киптерелгән җиләк-җимеш компоты	№ 394 Дөйм 2016
Хлеб ржаной	30	37,5	1,5 / 1,8	0,3 / 0,4	14,3 / 18,0	66 / 82,5	Арпа икмәк	
Полдник							Полдник	
Ряженка	100	110	2,90 / 3,19	2,50 / 2,75	4,20 / 4,62	55,60 / 59,00	Ряженка	№ 401 Дөйм 2010
Булочка Новомосковская	40	50	2,64 / 3,30	3,36 / 4,20	24,02 / 30,10	137,00 / 171,40	Новомосковская булочкасы	№ 184 Партнер. Эрәмәк
Яйцо вареное	1/2 шт	48	2,50 / 5,10	2,30 / 4,60	0,15 / 0,30	31,50 / 63,00	Пешкән йомырка	№ 227 Дөйм 2016
Картофель тушеный	110	130	2,75 / 3,25	4,48 / 5,3	21 / 25,3	137 / 162	Мал белән пешерелгән бәрәңге	№ 132 Партнер. Эрәмәк
Напиток шиповника	150/4	180/5	0,5 / 0,6	0,25 / 0,3	5,4 / 6,5	25,9 / 31,1	Шиповник җиләгеннән	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	20	1,6 / 1,6	0,2 / 0,2	9,8 / 9,8	47 / 47	Бодай икмәк 1с	

Старшая м/с Ласточкина И.Н.

Шеф-повар Борисова Т.В