



МЕНЮ  
 на 8 мая 2026г.

Наименование блюда	Без нәрсә ашыһыбыз	Выход г 1-3 лет	Выход г 3-7 лет	Б г	Ж г	Энценность Ккал, /Витамин С
<b>Завтрак:</b>	<b>Иртәнге аш:</b>					
Каша польбяная молочная с маслом	Сөглә борай боткасы май белән	150/3	200/3	6,03/8,20	5,95/7,9	130,0/180,00
Какао с молоком	Какаосөт белән	160	180	2,0/2,42	2,2/2,58	65,16/87,00
Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд атланмай белән	25/5	25/5	1,9/1,91	4,4/4,35	99,0/99,0
<b>Итого:</b>	<b>Барлыгы:</b>	<b>350</b>	<b>413</b>	<b>9,93/12,53</b>	<b>12,55/14,83</b>	<b>294,16/366,00</b>
<b>2 завтрак:</b>	<b>Икенче иртәнге аш:</b>					
Сок	Сок	125	125	0,30/0,60	0,00/0,06	40,00/75,00
<b>Итого:</b>	<b>Барлыгы:</b>	<b>125</b>	<b>125</b>	<b>0,30/0,60</b>	<b>0,00/0,06</b>	<b>40,00/75,00</b>
<b>Обед:</b>	<b>Көндөзге аш:</b>					
Салат из свежих помидоров и огурцов	Яна помидор һәм кыяр салаты	30	50	0,45/0,70	0,20/1,32	3,20/5,50
Щи со свежей капустой, картофелем с мясными фрикадельками	Яна кәбестә, ит фрикаделькалы бәрәңге белән Ши	150/10/5	200/15/5	2,90/3,80	4,53/5,40	109,00/138,00
Плов из курицы	Тавыктан пылау	130	160	9/11,80	10,70/13,5	288/333,40
Компот из свежих яблок	Алма компоты	150	180	0,10/0,10	0,10/0,10	42,10/49,00
Хлеб сельский	Авыл икмәте	30	37,5	1,5/1,8	0,3/0,4	66/82,5
<b>Итого:</b>	<b>Барлыгы:</b>	<b>505</b>	<b>643,5</b>	<b>13,95/18,25</b>	<b>15,83/20,72</b>	<b>508,30/608,40</b>
<b>Полдник:</b>	<b>Жиңгел аш:</b>					
Кондитерские изделия(крекер)	Кондитер эшләнемәләре(крекер)	10	10	3,80/5,80	3,00/4,00	55,0/150,00
Кефир	Кефир	100	110	2,30/2,50	2,50/2,75	46,00/51,00
Рагу с курицей	Рагу с курицей	100/20	120/25	5,20/6,50	8,40/10,50	211,00/253,00
Чай с сахаром и лимоном	Шикәр һәм лимон белән чәй	150/4/4	180/5/5	0,05/0,06	0,01/0,02	34,50/41,00
Хлеб пшеничный I с	Ак или I с	20	20	1,6/1,52	0,2/0,16	47,0/47,00
<b>Итого:</b>	<b>Барлыгы:</b>	<b>414</b>	<b>475</b>	<b>12,95/16,38</b>	<b>14,11/17,43</b>	<b>393,50/542,00</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>БАРЛЫГЫ:</b>	<b>1394</b>	<b>1656,5</b>	<b>37,13/47,76</b>	<b>42,49/53,04</b>	<b>1235,96/1598,90</b>

Ст.мед/сестра: Семагина Е.В.