



2026 г.

на 14 мая

МЕНЮ

Наименование блюда 9 день	Без нэрэ ашыйбыз		Выход г 3-7 лет	Б		Ж		Энергетичность Ккал, /Витамин С
	Выход г 1-3 лет	Иртәнче аш:		Г	Г	Г	Г	
Завтрак:								
Каша полбяная молочная с маслом	150/3	Иртәнче аш:	200/3	6,18/8,2	5,95/7,90	14,47/19,20	135,00/194,00	
Какао с молоком	160	Сотле борай боткасы май белән	180	2,0/2,42	2,20/2,58	11,30/13,61	65,16/87,30	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	Какао с молоком	25/5	1,9/1,91	4,4/4,35	12,89/15,4	99,0/99,0	
Итого:	343	Бутерброд атланмай белән	425	10,08/12,53	12,55/14,83	38,77/45,70	299,16/380,30	
2 завтрак:		Барлыгы:						
Сок	125	Икенче иртәнче аш:						
Итого:	125	Сок	125	0,60/0,60	0,00/0,06	10,00/21,00	57,00/69,00	
Обед:		Барлыгы:	125	0,60/0,60	0,00/0,06	10,00/21,00	57,00/69,00	
Помидоры свежие	30	Көндөзге аш:						
Сул с гречевой крупой и картофелем с курицей	150/10	Яна помидорлар	50	0,45/0,75	0,20/1,32	2,00/4,00	3,20/5,50	
Биточки рубленные из рыбы	50	Карабодай ярмасы һәм тавык белән бәрәңге белән аш	200/10	2,90/5,50	6,40/5,20	10,27/16,20	110,30/134,00	
Пюре Картофельное	110	Балыктан туралган биткалар	70	7,00/8,90	6,00/8,40	17,36/21,50	158,00/197,00	
Хлеб сельский	150	Бәрәңге Боламыгы	130	2,20/3,70	3,30/4,44	15,40/25,00	131,15/155,00	
Итого:	30	Кесэл	180	0,00/0,00	0,00/0,00	8,34/10,00	33,34/40,00	
Полдник:		Авыл икмәге	37,5	1,5/1,8	0,3/0,4	14,3/18	66/82,50	
Кондитерские изделия (крекер)	10	Барлыгы:	682,5	13,46/18,01	15,76/20,94	67,54/90,90	501,99/614,00	
Кефир	100	Жиңгел аш:						
Суфле из творога с молоком ступённым	100/10	Кондитер ризыклары (крекер)	10	0,10/1,50	0,90/4,00	15,00/27,10	120,00/147,00	
Чай с сахаром	160/4	Кефир	110	3,00/3,68	2,50/2,75	4,20/5,07	61,80/68,00	
Хлеб пшеничный 1с	20	Куертылган сөгле эремчектән Суфле	150/20	8,84/10,20	11,18/12,90	26,00/30,00	158,00/245,00	
Итого:	424	Шикәрле чай	180/5	0,05/0,06	0,01/0,02	4,42/4,99	18,00/20,0	
ВСЕГО:	1422	Ак или 1с	20	1,6/1,52	0,2/0,16	9,8/9,84	47/47,00	
		Барлыгы:	475	13,59/16,96	14,79/19,83	59,42/77,0	404,80/527,00	
		БАР-ЛЫГЫ:	1707,5	38,32/48,59	43,54/56,48	175,86/236,00	1262,95/1590,30	

Ст.мед/сестра:  Семягина Е.В.