



МЕНЮ на 19 марта 2026 г.

Наименование блюда 9 день	Без нәрсә ашыбьыз	Выход г 1-3 лет	Выход г 3-7 лет	Б г	Ж г	У г	Эн-ленность /Витамин С	Ккал,
Завтрак:	Иртанге аш:							
Каша полбяная молочная с маслом	Сөтле борай боткасы май белән	150/3	200/3	6,18/8,2	5,95/7,90		14,47/19,20	135,00/194,00
Какао с молоком	Какао с молоком	160	180	2,0/2,42	2,20/2,58		11,30/13,61	65,16/87,30
Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд апланмай белән	25/5	25/5	1,9/1,91	4,4/4,35		12,89/15,4	99,0/99,0
Итого:	Барлығы:	343	425	10,08/12,53	12,55/14,83		38,77/45,70	299,16/380,30
2 завтрак:	Икенче иртанге аш:							
Сок	Сок	125	125	0,60/0,60	0,00/0,06		10,00/21,00	57,00/69,00
Итого:	Барлығы:							
Обед:	Көндеге аш:							
Солёные огурцы	Тозлы кыяр	30	50	0,45/0,75	0,20/1,32		2,00/4,00	3,20/5,50
Суп с гречневой крупой и картофелем с курицей	Карабодай ярмасы һәм тавык белән бәрәнге белән аш	150/10	200/10	2,90/5,50	6,40/5,20		10,27/16,20	110,30/134,00
Ёжики рыбные с рисом в томатном соусе	Томат соусында дөгә булган балык керселәре	60	60/30	7,00/8,90	6,00/8,40		17,36/21,50	158,00/197,00
Пюре Картофельное	Бәрәнге Боламыгы	110	130	2,20/3,70	3,30/4,44		15,40/25,00	131,15/155,00
Кисель	Кесәл	150	180	0,00/0,00	0,00/0,00		8,34/10,00	33,34/40,00
Хлеб сельский	Авыл икмәге	30	37,5	1,5/1,8	0,3/0,4		14,3/18	66/82,50
Итого:	Барлығы:	530	682,5	13,46/18,01	15,76/20,94		67,54/90,90	501,99/614,00
Полдник:	Жиңел аш:							
Кондитерские изделия (крекер)	Кондитер ризыклары (крекер)	10	10	0,10/1,50	0,90/4,00		15,00/27,10	120,00/147,00
Кефир	Кефир	100	110	3,00/3,68	2,50/2,75		4,20/5,07	61,80/68,00
Суфле из творога с молоком стучённым	Куерттылган сөтле эремчектән Суфле	100/10	150/20	8,84/10,20	11,18/12,90		26,00/30,00	158,00/245,00
Чай с сахаром	Шикәрле чэй	160/4	180/5	0,05/0,06	0,01/0,02		4,42/4,99	18,00/20,0
Хлеб пшеничный 1с	Ак ипи 1с	20	20	1,6/1,52	0,2/0,16		9,8/9,84	47/47,00
Итого:	Барлығы:	424	475	13,59/16,96	14,79/19,83		59,42/77,00	404,80/527,00
ВСЕГО:	БАРЛЫГЫ:	1422	1707,5	38,32/48,59	43,54/56,48		175,86/236,00	1262,95/1590,30

Ст. мед/сестра:  Семягина Е.В.