



МЕНЮ

на 24 марта 2026 г.

| Наименование блюда 2 день | Без нэрсе ашыйбыз | Выход г | | Ж г | Эн.ценность Ккал, /Витамин С |
|---|-----------------------------------|----------------|---------------|--------------------|---------------------------------|
| | | 1-3 лет | 3-7 лет | | |
| Завтрак: | | | | | |
| Каша манная молочная с маслом | Сөглә манна боткасы майлы | 150/3 | 200/3 | 4,38/5,80 | 19,00/25,20 |
| Какао с молоком | Какао сөт белән | 160 | 180 | 2,20/2,58 | 11,30/13,61 |
| Бутерброд с сыром, маслом | Бутербродсыр һәм атланмай белән | 25/5/3 | 25/7/3 | 5,95/6,00 | 12,90/12,83 |
| Итого: | Барлыгы: | 346 | 418 | 12,33/14,38 | 43,20/51,64 |
| 2 завтрак: | Икенче иртәнге аш | | | | |
| Фрукты свежие <i>ящ. сок</i> | Жимешләр | 85 | 100 | 0,34/0,34 | 10,50/10,50 |
| Итого: | Барлыгы: | 85 | 85 | 0,34/0,34 | 10,50/10,50 |
| Обед: | Көндөзге аш: | | | | |
| Салат Пёстрый | Чуар Салат | 30 | 50 | 1,50/2,50 | 2,52/4,20 |
| Суп крестьянский с курицей, со сметаной | Тавык, каймак белән крестьян ашы | 150/10/5 | 200/15/5 | 5,80/7,80 | 14,70/19,70 |
| Ёжики мясные паровые | Итләр пар керпеләре | 50 | 70 | 4,86/6,80 | 10,41/8,15 |
| Пюре картофельное | Бәрәңгә боламьгы | 110 | 130 | 3,30/4,44 | 15,40/25,00 |
| Компот из свежих яблок | Алма компоты | 150 | 180 | 0,10 / 0,10 | 10,20/11,80 |
| Хлеб сельский | Авыл икмәге | 30 | 37,5 | 0,3/0,4 | 14,3/18 |
| Итого: | Барлыгы: | 688,5 | 688,5 | 15,86/22,04 | 67,53/86,85 |
| Полдник: | Жиңел аш: | | | | |
| Кондитерские изделия (печенье) | Кондитер ризыклары (печенье) | 10 | 10 | 3,38/3,38 | 26/27,00 |
| Молоко кипяченое | Кайнаган сөт | 100 | 110 | 2,50/2,75 | 3,60/4,00 |
| Суфле из творога с молоком стучённым | Куертылган сөглә эремчектән Суфле | 110/10 | 150/20 | 8,10/12,50 | 15,53/24,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | Чэй шикәр һәм лимон белән | 150/4/4 | 180/5/5 | 0,01 / 0,01 | 8,50/10,20 |
| Хлеб пшеничный | Ак ипи | 20 | 20 | 0,2/0,16 | 9,8/9,84 |
| Итого: | Барлыгы: | 398 | 500 | 14,19/18,80 | 63,43/75,04 |
| ВСЕГО: | БАРЛЫГЫ: | 1364,00 | 1691,5 | 42,72/55,56 | 224,03/232,06 |

Ст. мед./сестра: *С.В. Папилова* Сематина Е.В.