

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
_____ Ваничкова А.Г.

Меню

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>02/02</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ДҮШӘМБЕ</u> <u>02/02</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	78.13	58.13	Сырлы ак күмәч
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67.44	67.44	Пешкән йөмүрка
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	192.50	149.34	Сөтле-майлы солы боткасы
Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	74.06	55.54	"Витамин"чәе
ИТОГО			412.13	330.45	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТӘНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			42.40	42.40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Салат "Капуста квашеная"	50	40	43.51	34.81	Кәбесте салаты
Суп картофельный с бобовыми	200	150	104.47	78.36	Борчак ашы
Котлеты "Челнинские"	75	50	239.33	159.79	Кәтлит
Макароны отварные	130	110	183.46	155.24	Пешкән макарон
Напиток "П-я" из урюка	200	150	80.23	60.17	Урюк компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85.14	85.14	Кара или
ИТОГО			783.60	620.97	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ЭБӘД
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөт
ИТОГО			73.10	56.23	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Яблоко	145	145	59.74	59.74	Алма
Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	400.68	290.55	Повидло белән эремчек пудинги
Чай полусладкий с молоком	200	150	48.15	36.11	Сөтле баллы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
ИТОГО			556.03	438.86	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1,867.26	1,483.91	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)	125,81(ЯСЛИ)	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
_____ Ваничкова А.Г

Меню

<u>ВТОРНИК</u> <u>03/02</u>	<u>Масса порции/ авырлығы</u>		<u>Энергетическая ценность (ккал)</u>		<u>СИШЭМБЕ</u> <u>03/02</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	<u>САД</u>	<u>ЯСЛИ</u>	<u>САД</u>	<u>ЯСЛИ</u>	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	93.10	73.11	Майлы ак күмәч
Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	234.22	180.63	Сөтле- майчлы тары боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	98.39	81.99	Сөтле какао
<u>ИТОГО</u>			425.71	335.73	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТЭНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
<u>ИТОГО</u>			42.40	42.40	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат из свеклы отварной	50	40	54.17	43.34	Пешкән чөгендер салаты
Суп "Гречишное зернышко" с мякотью птицы	200/15	150/10	149.25	106.16	Карабодай ашы
Палочки рыбо-крупяные из минтая	2\40		176.51		Минтай балыгыннан ярмалы-балыклы таякчыклар яш.белән
Палочки рыбо-крупяные из минтая с овош.(мексик см)		40/10		93.13	
Пюре картофельное	130	110	99.46	84.16	Бәрәңгә боткасы
Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79.92	59.94	Кипкән жимеш компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85.14	85.14	Кара ипи
<u>ИТОГО</u>			691.91	519.33	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Ряженка	150	130	127.31	110.33	Ряженка
<u>ИТОГО</u>			127.31	110.33	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	166.34	166.34	Соуста белән кош итеннән тефтели
Каша перловая вязкая	130	110	125.69	106.35	Перловка боткасы
Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/18	150/7/18	194.17	178.82	Лимонлы чәй печенже белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
<u>ИТОГО</u>			533.66	498.97	
<u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u>			1,820.99	1,506.76	
<u>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</u>			158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ
 «Детский сад №78 «Ёлочка»
 _____ Ваничкова А.Г

Меню

<u>СРЕДА</u> <u>04/02</u>	Масса порции/ авырлығы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЧЭРШЭМБЕ</u> <u>04/02</u>
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТЭНГЕ АШ
Бутерброд с повидлом	30/5	20/5	93.10	73.11	Повидла белән ак күмәч
Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	202.66	156.96	Сөтле майлы манка боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	110.39	91.99	Сөтле кофе
ИТОГО			406.15	322.06	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТЭНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			42.40	42.40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Салат из моркови с сахаром	50	40	31.49	25.20	Баллы кишер салаты
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	93.65	66.29	Каймаклы борщ ашы
Плов "Золотой петушок"	50/150	25/125	376.85	261.09	Пылау
Напиток "Лимонный"	200	150	98.45	73.84	Лимонлы әчемлек
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85.14	85.14	Кара ипи
ИТОГО			733.04	559.02	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ЭБЭД
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөт
Булочка "Детская "	50	50	170.85	170.85	Күмәч
ИТОГО			243.95	227.08	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Апельсин	110	110	40.92	40.92	Әфлисүн
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67.44	67.44	Пешкән йөмүркә
Картофель "По-деревенски"	130	110	187.33	158.51	Пешкән бәрәңгे
Чай полусладкий	200	150	21.50	16.12	Баллы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
ИТОГО			364.65	330.45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1,790.19	1,481.01	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ	158,45 (САД)			125,81(ЯСЛИ)	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
_____ Ваничкова А.Г.

Меню

<u>ЧЕТВЕРГ</u> <u>05/02</u>	Масса порции/ авырлығы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ПӘНЖЕШЭМБЕ</u> <u>05/02</u>
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТЭНГЕ АШ
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	78.13	58.13	Сырлы ак күмәч

Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	230.02	177.48	Сөтле- майчлы тары боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	96.00	80.00	Сөтле какао
ИТОГО			404.15	315.61	
2 ЗАВТРАК					2 ИРТЭНГЕ АШ
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			42.40	42.40	
ОБЕД					ТӨШКЕ АШ
Салат из белокочанной капусты	50	40	47.96	38.37	Кәбәсте салаты
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	141.55	123.51	Кош ите белән токмач ашы
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	185.51	185.51	Томатлы каймаклы соуста ит шарчыклары
Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	227.84	192.37	Боламык
Кисель из концентрата полусладкий	200	150	86.30	64.73	Кесәл
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85.14	85.14	Кара ипи
ИТОГО			821.26	737.09	
ПОЛДНИК					КИЧКЕ ЭБЭД
Простокваша	150	130	79.92	69.26	Простокваша
ИТОГО			79.92	69.26	
УЖИН					КИЧКЕ АШ
Десерт фруктовый Мандарин	100	100	35.00	35.00	Мандарин
Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным	150/15	100/30	403.68	296.98	Каймак соусы белән эремчек запеканкасы
Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	205.49	186.99	"Витамин"чәе печенже белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак ипи
ИТОГО			691.63	566.43	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			2,039.36	1,730.79	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)	125,81(ЯСЛИ)	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №78 «Ёлочка»
_____ Ваничкова А.Г

ПЯТНИЦА 06/02	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ЖОМГА 06/02
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	ИРТЭНГЕ АШ
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	93.10	73.11	Майлыш ак күмәч
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67.44	67.44	Пешкән йомырка

Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	198.97	154.19	Сөтле-майлы дөге боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80.61	67.17	Сөтле кофе
ИТОГО			440.12	361.91	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТЭНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42.40	42.40	сок
ИТОГО			42.40	42.40	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат "Бобовое зернышко"	50	40	54.05	43.24	Салат
Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	83.63	64.73	Каймаклы тары аши
Котлеты "Татарские" с овощами (мекс.смесь)	50/25		168.74		Кәтлит мекс.смесь белән
Котлеты "Татарские"		50		156.55	Кәтлит
Каша гречневая вязкая	130	110	143.60	121.51	Карабодай боткасы
Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79.92	59.94	Кипкән жимеш компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	85.14	85.14	Кара или
ИТОГО			662.54	578.57	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ЭБЭД</u>
Молоко кипяченое	130	100	73.10	56.23	Кайнаган сөт
ИТОГО			73.10	56.23	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	94.43	94.43	Томатлы соуста балык шарчыклары
Пюре картофельное	130	110	99.46	84.16	Бәрәңгे боткасы
Чай с лимоном	200/7	150/7	62.73	47.38	Лимонлы чай
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47.46	47.46	Ак или
ИТОГО			304.08	273.43	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1,522.24	1,312.54	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			158,45 (САД)		125,81(ЯСЛИ)