



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

МЕНЮ

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> <u>04/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ДУШЭМБЕ</u> <u>04/07</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	САД	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмөч
Каша гречневая вязкая	180	192,97	Карабодай боткасы
Чай "Витаминный" полусладкий	200	24,23	"Витамин"чэе
ИТОГО		347,33	
<u>2 ЗАВТРАК</u>			<u>2 ИРТЭНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	170	72,08	сок
ИТОГО		72,08	
<u>ОБЕД</u>			<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Винегрет из овощей	50	50,58	Винегрет
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	97,49	Балык консервасы белэн бэрэңгеле ашы
Биточки "Рябушка"	75	243,68	Биточкалар
Макаронные изделия отварные	130	179,30	Пешкэн макарон
Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	82,64	Йөзем компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
ИТОГО		786,29	
<u>ПОЛДНИК</u>			<u>КИЧКЕ ЭБЭД</u>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
Булочка домашняя	30	119,46	Өй күмэче
ИТОГО		175,69	
<u>УЖИН</u>			<u>КИЧКЕ АШ</u>
Омлет натуральный	53	80,75	Йомырка тэбэсе
Каша ячневая вязкая	130	117,47	Арпа боткасы
Кисель из концентрата полусладкий	200	86,30	Кесэл
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
ИТОГО		331,98	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1 713,37	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ		126,79 руб	



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

МЕНЮ

<u>ВТОРНИК</u> <u>05/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>СИШӘМБЕ</u> <u>05/07</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	<u>САД</u>	<u>САД</u>	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с повидлом	30/10/5	134,93	Повидлолы ак күмәч
Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	202,66	Сөтле майлы манка боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	80,61	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>		418,20	
<u>2 ЗАВТРАК</u>			<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Простокваша	100	53,28	Простокваша
<i>ИТОГО</i>		53,28	
<u>ОБЕД</u>			<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат из отварной свеклы	50	52,49	Пешкән чөгендер салаты
Суп из овощей со сметаной	200/5	71,17	Каймаклы яшелчә ашы
Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом	180/5	370,38	Май белән итле бәрәңге запеканкасы
Напиток "Лимонный"	200	98,45	"Лимонлы"эчемлеге
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		725,09	
<u>ПОЛДНИК</u>			<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		56,23	
<u>УЖИН</u>			<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	120	49,44	Алма
Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/15	378,47	Баллы сөт соусы белән сырниклар
Чай полусладкий	200	21,50	Баллырак чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		496,87	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 749,67	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>		126,79 руб	

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №78 «Ёлочка»

Ваничкова А.Г.



МЕНЮ

<u>СРЕДА</u> <u>06/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ЧӨРШӨМБӨ</u> <u>06/07</u>
ЗАВТРАК	САД	САД	ИРТӨНГӨ АШ
Бутерброд с сыром	30/5	96,59	Сырлы ак күмөч
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	192,50	Сөтлө-майлы солы боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	96,00	Сөтлө какао
<i>ИТОГО</i>		385,09	
2 ЗАВТРАК			2 ИРТӨНГӨ АШ
Напиток из сыворотки	170	77,11	Сыгынты эчемлеге
<i>ИТОГО</i>		77,11	
ОБЕД			ТӨШКӨ АШ
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	83,00	Каймаклы борщ ашы
Зразы "Любимые" с сыром	60	37,99	Сырлы зразлар
Пюре из бобовых "Янтарное"	130	227,34	Боламык
Огурец свежий порциями (доп. гарнир)	15	2,16	Өлөшлө кыяр
Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	200	80,23	Күрөгө компоты
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		563,32	
ПОЛДНИК			КИЧКӨ ЭБӨД
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
Ватрушка с повидлом	75	227,21	Повидлолы ватрушка
<i>ИТОГО</i>		283,44	
УЖИН			КИЧКӨ АШ
Картофель запечённый в сметанном соусе	180	138,19	Каймаклы соушта томалап пешерелгән бәрәңге
Чай полусладкий с молоком	200	48,15	Сөтлө чэй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		233,80	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 542,76	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ		126,79 руб	



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

МЕНЮ

<u>ЧЕТВЕРГ</u> <u>07/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u> <u>07/07</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	САД	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмәч
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	234,22	Майлы- сөтле тары боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	80,61	Сөтле кофе
<i>ИТОГО</i>		444,96	
<u>2 ЗАВТРАК</u>			<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Ацидофилин	100	53,68	Ацидофилин
<i>ИТОГО</i>		53,68	
<u>ОБЕД</u>			<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Маринад овощной с томатом	50	69,83	Яшелчә маринады
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	141,55	Кош ите белән токмач ашы
Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	381,89	Тана ите белән карабодай
Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	79,92	Кипкән жимеш эчемлеге
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
<i>ИТОГО</i>		805,79	
<u>ПОЛДНИК</u>			<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
<i>ИТОГО</i>		56,23	
<u>УЖИН</u>			<u>КИЧКЕ АШ</u>
Котлеты "Любимые"	75	37,76	Кәтлит
Каша пшеничная вязкая	130	134,75	Бодай боткасы
Чай с лимоном	200/7	62,73	Лимонлы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>		282,70	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>		1 643,36	
<i>ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ</i>		126,79 руб	



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

МЕНЮ

<u>ПЯТНИЦА</u> <u>08/07</u>	Масса порции/ авырлыгы	Энергетическая ценность (ккал)	<u>ЖОМГА</u> <u>08/07</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	САД	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	130,13	Майлы-сырлы ак күмәч
Суп молочный с рисом	200	111,99	Сөтле дөгә ашы
Какао с молоком полусладкое	180	96,00	Сөтле какао
ИТОГО		338,12	
<u>2 ЗАВТРАК</u>			<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	170	72,08	сок
ИТОГО		72,08	
<u>ОБЕД</u>			<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат из свежей капусты с огурцом	50	35,63	Кәбәсте кыяр белән салаты
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	81,05	Каймаклы рассольник
Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	94,43	Томатлы соуста балык шарчыклары
Пюре картофельное	130	88,48	Бәрәңгә боткасы
Кисель из концентрата полусладкий	200	86,30	Кесәл
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	85,14	Кара ипи
ИТОГО		518,49	
<u>ПОЛДНИК</u>			<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое	100	56,23	Кайнаган сөт
ИТОГО		56,23	
<u>УЖИН</u>			<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	120	49,44	Алма
Галушки "Снежок"	195/5	442,54	Эремчек чумары
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/20	167,53	Баллырак чәй, печенжә
Хлеб "Рябинушка"	1/20	47,46	Ак ипи
ИТОГО		706,97	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1 691,89	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ		126,79 руб	