

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
 «Кораблик»
 /Кошелева С.В./
 Старшая медсестра/
 /Корунова Ю.Е./

Прием пищи / ашау Наименование блюд / ашларның исемлеге 1 ДЕНЬ / 1 КӨН	Выход Блюда / ашау куләме ясли	Энергетическая ценность / энергия кыймәте	Выход Блюда / ашау куләме сад	Энергетическая ценность / энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша манная молочная с маслом/ Манний боткасы	150/5	171,10	200/5	228,00
Чай с сахаром/ Баллы чай	160/4	18,00	180/5	20,38
Бутерброд с маслом сливочным/ Май белән ипи	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	57,00	125	90,90
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Морковь отварная/Икра кабачковая	30	14,00	50	37,00
Суп из овощей с курицей, со сметаной/ Кәбестә ашы каймак белән	150/10/5	93	200/15/ 6	126,00
Тефтели из говядины с соусом томатным/Итле тефтели соус белән	50/5	73	70/10	103
Рис отварной с овощами/ Яшелчәләр белән дөгә боткасы	110	193,6	130	225,00
Компот из свежих яблок	150	33,34	180	40
Хлеб сельский/Ипи	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Булочка Домашняя/Күмәч	40	137,00	50	177,00
Катык	110	54,30	120	62,1
Рагу с курицей/Тавык белән рагу	20/100	167,00	40/120	209,00
Напиток из шиповника/ Гөлҗимеш компоты	150/4	25,9	180/5	6,5
Хлеб пшеничный/ Ипи	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1454,00	1249,24	1786,5	1597,48

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30

/Кошелева С.В./

Старшая медсестра

/Корунова Ю.Е./

Прием пищи / <i>ашау</i> Наименование блюд / <i>ашларның исемлеге</i> 2 ДЕНЬ / 2 КӨН	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме ясли	Энергетическая ценность / <i>энергия кыймәте</i>	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме сад	Энергетическая ценность / <i>энергия кыймәте</i>
		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша "Дружба" молочная с маслом/ <i>Сөттә һәм майда</i> <i>пешерелгән "Дуслык" боткасы</i>	150/5	131,00	200/5	173,80
Какао с молоком/ <i>Какао сөт белән</i>	160	73,30	180	87,30
Бутерброд с сыром, маслом/ <i>Сыр һәм</i> <i>май белән ипи</i>	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Фрукты свежие/ <i>Жимешләр</i>	100	36,00	100	36,40
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Свекла отварная/ <i>Чөгендер</i>	30	17,30	50	42,0
Суп с гречневой крупой и картофелем с мясными фрикадельками/ <i>Карабодай, бәрәңге һәм итле</i> <i>фрикаделькадан пешерелгән аш</i>	150/10	110,30	200/15	133,50
Биточки рубленые из рыбы/ <i>Балыктан</i> <i>ясалган биточкалар</i>	50	111,40	70	129,00
Пюре картофельное/ <i>Бәрәңге боткасы</i>	110	100,10	130	155,00
Компот из сухофруктов/ <i>Жиләк</i> <i>жимеш компоты</i>	150	62,50	180	75,00
Хлеб сельский / <i>Ипи</i>	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Кондитерские изделия/ <i>Кондитер</i> <i>ризыклары</i>	15	148,0	15	150,0
Молоко кипяченое/ <i>Кайнаган сөт</i>	110	51,00	120	63,40
Запеканка творожная с молоком сгущенным/ <i>Эремчек казы</i>	100/10	148,00	150/20	241,00
Чай с сахаром и лимоном/ <i>Лимон</i> <i>белән баллы чәй</i>	150/4/4	34,50	180/5/5	41,40
Хлеб пшеничный/ <i>Ипи</i>	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1393,00	1256,00	1725,5	1611,00

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»



Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
«Кораблик»
/Кошелева С.В./
Старшая медсестра/
/Корунова Ю.Е./

Прием пищи / <i>ашау</i> Наименование блюд / <i>ашларның исемлеге</i> 3 ДЕНЬ / 3 КӨН	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме Ясли	Энергетическая ценность/ <i>энергия</i> кыймәте	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме сад	Энергетическая ценность / <i>энергия</i> кыймәте
		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша геркулесовая молочная с маслом/ <i>геркулес боткасы</i>	150/5	126,00	200/5	182,30
Чай с молоком, сахаром/ <i>Баллы сәтле чәй</i>	160/4	74,80	180/5	89,00
Бутерброд с маслом сливочным/ <i>Май белән ити</i>	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	53,00	125	49,60
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Огурец свежий порционно/ <i>Кыяр</i>	30	14,00	50	37,00
Суп вермишелевый с картофелем и курицей/ <i>Тавык шурпасыннан</i> <i>пешерелгән токмачлы аш</i>	150/10	96,00	200/15	132,60
Голубцы ленивые/ <i>Голубцы</i>	140/15	277,00	150/20	333,40
Напиток из урюка/ <i>Жиләк – әжимеш</i> <i>компоты</i>	150	52,10	180	63
Хлеб сельский/ <i>Ити</i>	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Ватрушка с повидлом/ <i>Ватрушка</i> <i>повидло белән</i>	40	136,0	50	170,00
Ряженка	110	55,60	120	64,00
Яйцо вареное/ <i>Күкәй</i>	½ шт	169,00	48	232,00
Каша перловая с овощами/ <i>Яшелчәләр белән</i>	100 /3	140,00	130/4	180,00
Чай с сахаром/ <i>Баллы чәй</i>	160/4	18,00	180/5	20,38
Хлеб пшеничный / <i>Ити</i>	20	47	23	54,50
ВСЕГО/ БАРЛЫГЫ :	1461	1286,00	1762,5	1631,78

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
 «Кораблик»
 Кошелева С.В./
 Старшая медсестра/
 Корунова Ю.Е./

Прием пищи/ <i>ашау</i> Наименование блюд/ <i>ашларның исемлеге</i> 4 ДЕНЬ / 4 КӨН	Выход блюда / <i>ашау</i> куламе ясли	Энергетическая		Энергетическая
		ценность/ <i>энергия кыймәте</i>	Выход блюда / <i>ашау</i> куламе сад	ценность <i>энергия кыймәте</i>
		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша пшённая молочная с маслом/ <i>Бодай боткасы</i>	150/5	128,00	200/5	195,40
Кофейный напиток с молоком/ <i>Сөтле кофе</i>	165/7	55	180	65,00
Бутерброд с сыром, маслом/ <i>Сыр һәм май белән ипи</i>	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Фрукты свежие/ <i>Жимешләр</i>	100	62,30	100	61,00
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Помидоры свежие порционно/ Помидор	30	17,30	50	42,0
Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной на м/б/ <i>Кәбестә ашы каймак белән</i>	150/5	120,00	200/5	158,50
Жаркое по-домашнему из отварной говядины/ <i>Сыер итеннән пешерелгән кыздырма</i>	130	238	180	281,5
Кисель/ <i>Кесәл</i>	150	33,34	180	40
Хлеб сельский/ <i>Ипи</i>	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Вафли	21	137,0	21	160,60
Катык	110	54,30	120	62,1
Суфле из творога, с молоком сгущенным/ <i>Куертылган сөт белән эрмчек суфлесы</i>	130/10	192,00	150/20	244,50
Напиток шиповника/ <i>гөлҗимеш компоты</i>	150/4	25,9	180/5	31,1
Хлеб пшеничный/ <i>Ипи</i>	20	47	23	54,50
ВСЕГО/ БАРЛЫГЫ :	1370	1251,74	1696,5	1624,70

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»



Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
«Кораблик»

/Кошелева С.В./

Старшая медсестра/

/Корунова Ю.Е./

Прием пищи / ашау Наименование блюд/ашларның исемлеге 5 ДЕНЬ / 5 КӨН	Выход блюда / ашау куләме ясли	Энергетическая ценность/ энергия кыймәте	Выход блюда/ ашау куләме сад	Энергетическая ценность/ энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша полбяная молочная с маслом/ Полба боткасы	150/5	138	200/5	187,20
Какао с молоком/ Сәтле какао	160	73,30	180	87,30
Бутерброд с маслом сливочным/ Май белән ити	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	40,00	125	85,00
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Салат из свежих огурцов и помидор	30	25,86	50	43,50
Свекольник с курицей, со сметаной/ Чөгендер ашы тавык һәм каймак белән	150/10/5	97,0	200/10/6	124,60
Плов из курицы/Тавык итеннән пешерелгән плов	130	253	160	324
Компот из свежих яблок/ Алмалы компоты	150	42,10	180	48,50
Хлеб сельский/Ити	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Плюшка новомосковская/ Күмәч	40	112,00	50	142,00
Кефир	110	54,8	120	60,20
Капуста тушеная с мясом/ Кәбестә ит белән пешерелгән	110	191,00	150	167,40
Чай с сахаром/ Баллы чәй	160/4	18,00	180/5	20,38
Хлеб пшеничный/ Ити	20	47	23	54,50
ВСЕГО/ БАРЛЫГЫ :	1424	1257,06	1716,5	1636,68

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
 «Кораблик»
 Кошелева С.В./
 Старшая медсестра
 Корунова Ю.Е./

Прием пищи / ашау Наименование блюд/ ашларның исемлеге	Выход блюда / ашау куламе ясли	Энергетическая ценность /энергия кыймәте	Выход блюда/ ашау куламе сад	Энергетическая ценность /энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
6 ДЕНЬ / 6 КӨН				
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша геркулесовая молочная с маслом/ Геркулес боткасы	150/5	120,00	200/5	182,30
Чай с молоком, сахаром/ Сөтле баллы чай	160/4	74,80	180/5	89,00
Бутерброд с сыром, маслом/ Сыр һәм май белән ипи	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Фрукты свежие/Жимешләр	100	40,00	100	53,20
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Салат из свеклы и моркови/ Чөгендер салаты һәм кишер	30	35,60	50	51,00
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной/ Тавык һәм каймак белән рассольник ашы	150/10/ 5	94,00	200/15 /5	125,00
Биточки куриные "Солнышко"/Тавык котлеты "Кояшкай"	50	127,00	70	152,00
Макаронны отварные/ Пешкән макарон	110	143,40	130	169,20
Кисель/ Кесәл	150	33,34	180	40
Хлеб сельский/ Ипи	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Булочка сдобная/ Күмәч	40	108	50	130
Ряженка	110	55,60	120	64,00
Гречка с фаршем и овощами/ Яшелчәләр белән карабодай боткасы, ит белән	110	200,00	130	243,00
Напиток шиповника/ гөлҗимеш компоты	150/4	25,9	180/5	31,1
Хлеб пшеничный /Ипи	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1321	1289,24	1725,5	1621,80

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»



Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
«Кораблик»

Кошелева С.В./

Старшая медсестра/

Корунова Ю.Е./

Прием пищи / ашау Наименование блюд/ашларның исемлеге	Выход блюда / ашау куләме ясли	Энергетическая ценность / энергия кыймәте	Выход блюда/ ашау куләме сад	Энергетическая ценность / энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
7 ДЕНЬ / 7 КӨН				
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша рисовая молочная с маслом/Дәге боткасы	150/5	112,00	200/5	153,00
Кофейный напиток с молоком/Сөтле кофе	165/7	55	180	65,00
Бутерброд с маслом сливочным/ Май белән ипи	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	47,00	125	83,00
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Морковь отварная/Икра кабачковая	30	25,86	50	43,50
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренокками/Итле фрикаделька шурпасыннан пешерелгән борчак ашы	150/10/ 10	89,00	200/15/ 10	112,00
Тефтели рыбные с маслом/Балык тефтели май белән	50/2	139,00	70/3	169,00
Пюре картофельное/ Бәрәңге боламыгы	110	100,10	130	155,00
Компот из свежих яблок/Алмалы компоты	150	42,10	180	48,50
Хлеб сельский/ Ипи	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Кондитерские изделия/Кондитер ризыклары	10	61,00	10	102,00
Молоко кипяченое/ Кайнаган сөт	110	51,00	120	63,40
Пудинг из творога с молоком сгущенным/	80/10	194,00	100/20	242,00
Чай с сахаром и лимоном/ Лимон белән баллы чәй	150/4/4	34,50	180/5/5	41,40
Хлеб пшеничный/ Ипи	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1423	1208,56	1714,5	1610,60

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
«Кораблик»

Копетева С.В./

Старшая медсестра

Корунова Ю.Е./

Прием пищи / ашау Наименование блюд / ашларның исемлеге	Выход блюда / ашау куләме ясли	Энергетическ ая ценность / энергия кыймәте	Выход блюда / ашау куләме сад	Энергетическа я ценность / энергия кыймәте
		Ккал		Ккал
8 ДЕНЬ / 8 КӨН				
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Суп молочный с вермишелью/ Токмачлы сәтле аш	150	126,00	180	153,00
Какао с молоком/ Сәтле какао	160	73,30	180	87,30
Бутерброд с сыром, маслом/ Сыр һәм май белән ити	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Фрукты свежие/Жимешләр	100	42,00	100	49,00
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Огурцы свежие порционно/Кыяр	30	3,30	50	5,50
Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной/ Пешерелгән борщ	150/5	86,00	200/5	158,30
Плов из говядины/ Сыер итеннән пылау	130	271,00	160	323,00
Компот из сухофруктов/ Жиләк жимеш компоты	150	62,50	180	75
Хлеб сельский/ Ити	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Пирожок печеный с повидлом	40	136,00	50	170,00
Катык	110	47,20	120	62,1
Рагу из птицы с овощами	110	189,00	130	228
Хлеб пшеничный/Ити	20	47	23	54,50
Чай с сахаром/ Баллы чәй	160/4	18,00	180/5	20,38
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1412	1286,90	1665,5	1614,78

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
«Кораблик»

Концелова С.В./

Старшая медсестра/

Корунова Ю.Е./

Прием пищи /ашау Наименование блюд /ашларның исемлеге	Выход блюда / ашау куләме ясли	Энергетическая ценность / энергия кыймәте	Выход блюда/ ашау куләме сад	Энергетическая ценность / энергия кыймәт
		Ккал		Ккал
9 ДЕНЬ / 9 КӨН				
ЗАВТРАК / ИРТӘНГЕ АШ				
Каша полбяная молочная с маслом/ Полба боткасы	150/5	138,00	200/5	187,20
Чай с молоком, сахаром/ Сөтле баллы чай	160/4	74,80	180/5	89,00
Бутерброд с маслом сливочным/ Май белән ипи	25/5	99	30/5	111,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Сок	125	74,00	125	98,42
ОБЕД / ТӨШКЕ АШ				
Помидоры свежие порционно/Помидор	30	17,30	50	42,0
Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками/	150/10	120,00	200/15	134,00
Котлеты «Аппетитные»/ "Аппетитлы" котлет	50	122,00	70	171,20
Пюре картофельное/ Бәрәңге боламыгы	110	100,10	130	155,00
Кисель/ Кесәл	150	33,34	180	40,0
Хлеб сельский/ Ипи	30	66	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Кондитерские изделия/Кондитер ризыклары	20	39,00	20	94,00
Ряженка	110	55,60	120	64,00
Запеканка из творога с крошкой/Эремчек казы	130	225,00	150	271,00
Напиток шиповника/ Гөлжәймеш компоты	150/4	25,9	180/5	31,1
Хлеб пшеничный/ Ипи	20	47	23	54,50
ВСЕГО / БАРЛЫГЫ:	1428	1225,04	1720,5	1626,30

Меню МБДОУ «Детский сад №30 «Кораблик» ЗМР РТ»

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №30
«Кораблик»

/Кошелева С.В./

Старшая медсестра/

/Корунова Ю.Е./

Прием пищи/ <i>ашау</i> Наименование блюд / <i>ашларның исемлеге</i>	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме	Энергетическая ценность / <i>энергия</i> <i>кыймәте</i>	Выход блюда / <i>ашау</i> күләме	Энергетическая ценность / <i>энергия</i> <i>кыймәте</i>
		Ккал		Ккал
10 ДЕНЬ /10 КӨН				
ЗАВТРАК/ИРТӘНГЕ АШ				
Каша пшеничная молочная с маслом/ <i>Бодай боткасы</i>	150/5	128,00	200/5	194,00
Кофейный напиток с молоком/ <i>Сөтле кофе</i>	165/7	55	180	65,00
Бутерброд сыром, маслом/ <i>сыр һәм май белән ипи</i>	25/5/3	119,60	30/7/3	146,00
2 ЗАВТРАК / 2 ИРТӘНГЕ АШ				
Фрукты свежие/ <i>Жимешләр</i>	100	60,00	100	92,68
ОБЕД /ТӨШКЕ АШ				
Морковь отварная/ <i>Кишер</i>	30	14,00	50	37,50
Суп из овощей с курицей, со сметаной/ <i>Кәбестә ашы каймак белән</i>	150/10/5	93,00	200/15/6	126,00
Гуляш из куриной грудки/ <i>Тавык гуляшы</i>	40/40	157,80	45/45	207,00
Каша гречневая вязкая/ <i>Карабодай боткасы</i>	110/2,5	116,00	130/3	135,10
Напиток из урюка/ <i>Жиләк – жимеш компоты</i>	150	52,10	180	63
Хлеб сельский/ <i>Ипи</i>	30	65,9	37,5	82,5
ПОЛДНИК / ТӨШТӘН СОҢГЫ АШ				
Ватрушка с сыром	40	169	50	221,00
Кефир	110	54,8	120	60,20
Омлет/ <i>Омлет</i>	130	142,50	140	167,4
Чай с сахаром/ <i>Баллы чәй</i>	160/4	18,00	180/5	20,38
Хлеб пшеничный/ <i>Ипи</i>	20	47	23	54,50
ВСЕГО /БАРЛЫГЫ:	1491,50	1292,70	1754,5	1628,08