



Заведующий МБДОУ

Утверждаю:

Детский сад №42 «Аленький цветочек»

С.М. Бадертдинова

Меню

Дата: « 17 июля » 2023г.

<i>Завтрак</i>	<i>Норма сад / ясли</i>	<i>Иртәнге аш</i>	<i>Энерг.ценность (ккал)</i>
Бутерброд с сыром	30/5; 20/5	Сыр белән бутерброд	96.59/70.46
Каша молочная мультизлаковая с маслом	200/5;150/5	Сөтле мультизлак боткасы май бн	232.44/182.60
Чай полусладкий с молоком	200/150	Ярымбаллы сөтле чай	48.15/36.11
<i>2 завтрак</i>		<i>2 иртәнге аш</i>	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
<i>Обед</i>		<i>Төшке аш(эбәт)</i>	
Салат «Свежесть»	50/40	Салат «Свежесть»	45.66/36.53
Суп картофельный с бобовыми	200/150	Борчак ашы	106.24/79.69
Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50;40/50	Соуста томалап пешерел. тавык ите	151.08/125.43
Каша перловая вяз.	130/110	Перловка боткасы	125.69/106.35
Кисель полусладкий	200/150	Ярымбаллы кесәл	86.30/64.73
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Хлеб «Дарницкий»	1/41.43;1/41.43	Арыш ипие	85.14/85.14
<i>Полдник</i>		<i>Кичке эбәт</i>	
Молоко кипяченое	130/100	Кайнаган сөт	73.10/56.23
Булочка домашняя	30/30	Өй күмәче	119.46/119.46
<i>Ужин</i>		<i>Кичке аш</i>	
Яблоко	150/150	Алма	57.68/55.62
Яйцо вареное	1/1	Йомырка	67.44/67.44
Макароны отварные	130/110	Макарон	179.30/151.72
Компот «Фруктово – ягодный» из изюма	200/150	Йөзем компоты	82.64/61.98
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Итого:	146.5/116.32		1696.23/1441.58

Старшая медсестра: _____/Гульмамадова Л.Б./

Зав. производством (шеф-повар): _____/Даминова Э.Г./



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детский сад №42 «Аленький цветочек»
С.М. Бадертдинова

Меню

Дата: «18 июля» 2023г.

<i>Завтрак</i>	<i>Норма сад / ясли</i>	<i>Иртәнге аш</i>	<i>Энерг.ценность (ккал)</i>
Бутерброд с маслом	30/5;20/5	Май б/н бутерброд	111.49/85.37
Каша молочная кукурузн. с маслом	200/3;150/3	Сөтле кукуруз боткасы май белән	266.80/205.06
Кофейный напиток полусладкий	180/150	Ярымбаллы кәхвә эчемлеге	80.61/67.17
2 завтрак		2 иртәнге аш	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
Обед		Төшке аш(әбәт)	
Винегрет из овощей	50/40	Яшелчә винегреты	58.77/47.01
Суп из овощей со сметаной	200/10;150/5	Яшелчә ашы каймак белән	94.33/66.74
Запеканка картофельная с мясом с маслом	180/5;130/5	Итле бәрәңге запеканкасы май белән	385.05/287.23
Напиток «Плодово- ягодный»из кураги	200/150	Курәгә эчемлеге	98.45/73.84
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Хлеб «Дарницкий»	1/41.43;1/41.43	Арыш ипие	85.14/85.14
Полдник		Кичке әбәт	
Ацидофилин	150/130	Ацидофилин	80.51/69.78
Ужин		Кичке аш	
Яблоко	140/140	Алма	57.68/57.68
Сырники «Домашние» из творога с соусом	150/15;100/30	Эремчектән сырниклар соус белән	186.71/148.57
Чай полусладкий	200/150	Ярымбаллы чәй	21.50/16.12
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Итого:	146.5/116.32		1606.62/1307.15

Старшая медсестра: _____/Гульмамадова Л.Б./

Зав. производством (шеф-повар): _____/Даминова Э.Г./



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №42 «Аленький цветочек»
С.М. Бадертдинова

Меню

Дата: «19 июля» 2023г.

Завтрак	Норма сад / ясли	Иртәнге аш	Энерг.ценность (ккал)
Бутерброд с сыром	30/5;20/5	Сыр белән бутерброд	96.59/70.46
Каша геркулесовая с маслом	200/3;150/3	Геркулес боткасы май белән	230.02/177.48
Какао с молоком полусладкое	180/150	Ярымбаллы сөтле какао	96.00/80.00
2 завтрак		2 иртәнге аш	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
Обед		Төшке аш(әбәт)	
Салат из моркови с сахаром	50/40	Кишер салаты	30.20/24.16
Суп с клецками с мякотью птицы	200/15;150/15	Тавык итеннән умачлы аш	182.27/154.12
Котлеты «Челнинские»	75/50	«Челнинские» кәтлите	239.33/159.79
Каша пшеничная	130/110	Бодай боткасы	134.75/114.02
Компот «Фруктово – ягодный» из кр. см.	200/150	Кызыл карлыган компоты	67.06/50.29
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Хлеб «Дарницкий»	1/41.43;1/41.43	Арыш ипие	85.14/85.14
Полдник		Кичке әбәт	
Молоко кипяченое	130/100	Кайнаган сөт	73.10/56.23
Ужин		Кичке аш	
Омлет натуральный	105/105	Йомырка тәбәсе	161.50/161.50
Рагу овощное	130/110	Яшелчә рагуы	113.28/95.85
Чай полусладкий с пряником	200/28;150/28	Ярымбаллы чәй прәннек белән	48.14/36.11
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Итого:	146.5/116.32		1758.58/1474.49

Старшая медсестра: _____ /Гульмамадова Л.Б./

Зав. производством (шеф-повар): _____ /Даминова Э.Г./



Дата: «20 июля» 2023г.

<i>Завтрак</i>	<i>Норма сад / ясли</i>	<i>Иртәнге аш</i>	<i>Энерг.ценность (ккал)</i>
Бутерброд с повидлом	30/10/5;20/10/5	Май , повидло б/н бутерброд	134.93/108.80
Каша пшенная с маслом	200/3;150/3	Тары боткасы май белән	269.98/207.45
Кофейный напиток полусладкий	180/150	Ярымбаллы кофе эчемлеге	80.61/67.17
2 завтрак		2 иртәнге аш	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
Обед		Төшке аш(әбәт)	
Салат из свежих помидоров	50/40	Помидор салаты	39.37/31.50
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10;150/5	Рассольник каймак белән	95.00/67.27
Гуляш	50/50;25/25	Гуляш	131.82/65.91
Каша гречневая вяз.	130/110	Карабодай боткасы	139.36/117.92
Напиток «Фруктово - ягодный» из сухофруктов	200/150	Жиләк – жимеш эчемлеге	79.92/59.94
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Хлеб «Дарницкий»	1/41.43;1/41.43	Арыш ипие	85.14/85.14
Полдник		Кичке әбәт	
Кефир	150/130	Кефир	77.78/67.41
Ужин		Кичке аш	
Котлеты «Любимые»	75/50	«Любимые» кәтлите	37.76/24.78
Макаронотварные	130/110	Макарон	179.30/151.72
Чай с лимоном	200/7;150/7	Лимонлы чәй	62.73/47.38
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Итого:	146.5/116.32		1548.3/1237.65

Старшая медсестра: _____ /Гульмамадова Л.Б./

Зав. производством (шеф-повар): _____ /Даминова Э.Г./



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

Детский сад №42 «Аленький цветочек»

С.М. Бадертдинова

Меню

Дата: «21 июля» 2023г.

<i>Завтрак</i>	<i>Норма сад / ясли</i>	<i>Иртәнге аш</i>	<i>Энерг.ценность (ккал)</i>
Бутерброд с маслом	30/5;20/5	Май белән бутерброд	111.49/85.37
Яйцо вареное	1/1	Йомырка	67.44/67.44
Каша молочно- рисовая с маслом	200/3;150/3	Сөтле дөгә боткасы май белән	236.49/182.33
Какао с молоком полусладкое	180/150	Ярымбаллы сөтле какао	96/80
<i>2 завтрак</i>		<i>2 иртәнге аш</i>	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
<i>Обед</i>		<i>Төшке аш(әбәт)</i>	
Салат из свежих огурцов	50/40	Кыяр салаты	51.50/41.20
Борщ со сметаной	200/10;150/5	Борщ каймак белән	93.65/66.29
Биточки рыбные «Морячка»	75/50	Балык биточкасы «Морячка»	144.53/71.01
Пюре картофельное	130/110	Бәрәңгә измәсе	99.46/84.16
Кисель полусладкий	200/150	Ярымбаллы кесәл	86.30/64.73
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Хлеб «Дарницкий»	1/41.43;1/41.43	Арыш ипие	85.14/85.14
<i>Полдник</i>		<i>Кичке әбәт</i>	
Молоко кипяченое	130/100	Кайнаган сөт	73.10/56.23
<i>Ужин</i>		<i>Кичке аш</i>	
Яблоко	140/140	Алма	40.92/37.20
Галушки «Снежок»	200/150	Эрем. галушкалар «Снежок»	283.07/220.84
Чай полусладкий с печеньем	200/17;150/17	Ярымбаллы чәй печенье белән	145.63/140.26
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Итого:	146.5/116.32		1736.28/1414.45

Старшая медсестра: _____/Гульмамадова Л.Б./

Зав. производством (шеф-повар): _____/Даминова Э.Г./