



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №42 «Аленький цветочек»

С.М. Бадертдинова

Меню

Дата: «24 июля» 2023г.

Завтрак	Норма сад / ясли	Иртанге аш	Энерг.ценность (ккал)
Бутерброд с маслом	30/5; 20/5	Май белән бутерброд	111.49/85.37
Яйцо вареное	1/1	Пешкән йомырка	67.44/67.44
Каша мол. с маслом «Геркулесовая»	200/3;150/3	Геркулес боткасы май белән	230.02/177.48
Чай «Витаминный» полусладкий	200/150	Ярымбаллы витаминлы чай	24.23/18.17
2 завтрак		2 иртанге аш	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
Обед		Тошке аш(әбәт)	
Салат из отварной свеклы	50/40	Кызыл чөгендер салаты	45.66/36.53
Суп карт. с рыбн. консервами	200/25;150/25	Балык консервасы ашы	110.45/91.74
Фрикадельки «Особые» с соусом	50/50;50/50	«Особые» фрикаделькалары соус белән	185.51/185.51
Макаронные изделия 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
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	
Сырники «Домашние» с соусом	150/50;100/30	«өй» сырниклары соус белән	235.48/148.57
Яблоко	140/100	Алма	49.44/45.32
Чай полусладкий с молоком	200/150	Ярымбаллы чай сөт белән	48.15/36.11
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Итого:	146.5/116.32		1667.18/1376.13

Старшая медсестра: _____/Гульмамадова Л.Б.

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



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

Госский сад №42 «Аленький цветочек»

С.М. Бадертдинова

Меню

Дата: «25 июля» 2023г.

Завтрак	Норма сад / ясли	Иртэнге аш	Энерг.ценность (ккал)
Бутерброд с повидлом	30/10/5;20/10/5	Май, повидло б/н бутерброд	134.93/108.80
Каша молочная ячневая с маслом	200/3;150/3	Арпа боткасы май белән	269.98/207.45
Какао с молоком полусладкий	180/150	Ярымбаллы сөтле какао	98.39/81.99
2 завтрак		2 иртэнге аш	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
Обед		Төшке аш(эбәт)	
Винегрет из овощей	50/40	Яшелчә винегреты	69.83/55.87
Щи с мякотью птицы со сметаной	200/15/10;150/15/ 5	Тавык итеннән щи каймак белән	134.19/112.52
Биточки рыбные «Морячка»	75/50	Балык биточкалары «Морячка»	144.53/71.01
Пюре картофельное	130/110	Бәрәңге измәсе	99.46/84.16
Компот «Плодово – ягодный» из сухофр	200/150	Жиләк – жимеш компоты	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 эбәт	
Кефир	150/110	Кефир	79.92/58.61
Ужин		Кичке аш	
Тефтели мясные с соусом	60/30;60/30	Ит тефтелилары соус белән	181.51/181.51
Каша гречневая вязкая	130/110	Карабодай боткасы	139.36/117.92
Чай с лимоном с печеньем	200/7/17;150/7/17	Лимонлы чәй печенье белән	186.87/171.52
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Итого:	146.5/116.32		1793.04/1493.36

Старшая медсестра: _____ /Гульмамадова Л.Б.

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

Заведующий МБДОУ

С.М. Бадертдинова

Меню

<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 манная с маслом	200/3;150/3	Сөтле манный боткасы май белән	240.19/185.11
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 св. огурцов	50/40	Кыяр салаты	33.80/27.04
Борщ со сметаной	200/10;150/5	Борщ каймак белән	93.65/66.29
Плов «Золотой петушок»	50/150;50/100	Пылау «Золотой петушок»	376.85/304.12
Компот «Фруктово - ягодный» из кр. смородины	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	
Яблоко	140/100	Алма	49.44/45.32
Макаронотварные	130/110	Макарон	179.30/151.72
Яйцо вареное	1/1	Пешкән йомырка	67.44/67.44
Чай полусладкий	200/150	Ярымбаллы чай	21.50/16.12
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Итого:	146.5/116.32		1650.77/1363.07

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: «27 июля» 2023г.

Завтрак	Норма сад / ясли	Иртәнге аш	Энерг.ценность (ккал.)
Бутерброд с сыром	30/5;20/5	Сыр б/н бутерброд	96.59/70.46
Каша молочная мультизл. с маслом	200/5;150/3	Мультизлак боткасы май белән	205.13/148.88
Какао с молоком полусладкое	180/150	Ярымбаллы какао сөт белән	98.39/81.99
2 завтрак		2 иртәнге аш	
Сок	100/100	Сок	42.40/42.40
Обед		Төшке аш(әбәт)	
Салат из капусты с помидором	50/40	Кәбестә бн помидор салаты	54.17/43.34
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10;150/5	Рассольник каймак белән	95.00/67.27
Котлеты «Татарские»	75/50	«Татар» кәтлите	239.33/156.55
Пюре из бобовых «Янтарное»	130/110	Борчак измәсе	227.34/192.37
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
Полдник		Кичке әбәт	
Простокваша	150/110	Простокаваша	80.51/59.04
Ужин		Кичке аш	
Апельсин	105/100	Әфлисун	39.06/37.20
Пудинг из творога с яблоками с соусом	150/30;100/30	Эремчек пудингы соус белән	232.36/161.87
Чай «Витаминный» полусладкий с печеньем	200/17;150/17	Ярымбаллы витаминлы чай печенье белән	198.19/179.68
Хлеб «Рябинушка»	1/20;1/20	Бодай ипие	47.46/47.46
Итого:	146.5/116.32		1989.43/1581.62

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: «28 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
Яйцо вареное	1/1	Йомырка	67.44/67.44
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3;150/3	Сөтле тары боткасы май белән	270.04/207.49
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		Тошке аш(әбәт)	
Салат из моркови с сахаром	50/40	Кишер салаты	46.11/36.89
Суп лапша с мякотью птицы	200/15;150/15	Тавык ите белән токмачлы аш	141.55/123.51
Голубцы «Ленивые»	200/150	«Ленивые» голубцы	319.75/239.58
Напиток «Плодово – ягодный» из сухофруктов	200/150	жиләк – жимеш эчемлеге	78.58/58.94
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	
Простокваша	150/110	Простокваша	73.10/56.23
Ватрушка с повидлом	75/75	Повидло белән ватрушка	227.21/227.21
Ужин		Кичке аш	
Палочки рыбо – крупяные из минтая (мексик. смесь)	2/40/10;40/10	Балык таякчыклары(мексик. смесь)	35.96/19.49
Пюре картофельное	130/110	Бәрәңге измәсе	99.46/84.16
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		1956.28/1595.88

Старшая медсестра: _____ /Гульмамадова Л.Б./

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