Меню

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

Детский сад комбинированного вида №78 «Ёлочка» для документов

ПОНЕДЕЛЬНИК 31/07	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ДҮШӘМБЕ 31/07
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	**ИРТӘНГЕ АШ**
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	111,49	85,37	Майлы ак күмәч
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йөмырка
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	230,02	177,48	Сөтле-майлы солы боткасы
Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	24,23	18,17	"Витамин"чәе
ИТОГО			**433,18**	**348,46**	
2 ЗАВТРАК					**2 ИРТӘНГЕ 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	47,83	38,26	Кәбестә салаты
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	97,27	81,98	Балык консервасы белән бәрәңгеле ашы
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	185,43	185,43	Томатлы соуста ит шарчыклары
Макаронные изделия отварные	130	110	179,30	151,72	Пешкән макарон
Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	82,64	61,98	Йөзем 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
ИТОГО			**725,07**	**651,97**	
ПОЛДНИК					**КИЧКЕ ӘБӘД**
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
ИТОГО			**73,10**	**56,23**	
УЖИН					**КИЧКЕ АШ**
Десерт фруктовый Яблоко	140	100	57,68	41,20	Алма
Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/50	100/30	235,48	148,57	Баллы сөт соусы белән сырниклар
Чай полусладкий с молоком	200	150	48,15	36,11	Сөтле баллы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
ИТОГО			**388,77**	**273,34**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1 662,52	1 372,40	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			*146,5 руб (сад)*		*116,32 руб.(ясли)*

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

Меню

ВТОРНИК 01/08	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		СИШӘМБЕ 01/08
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	**ИРТӘНГЕ АШ**
Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	134,93	108,80	Повидлолы ак күмәч
Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	269,98	207,45	Сөтле-майлы арпа боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	98,39	81,99	Сөтле какао
ИТОГО			503,30	398,24	
2 ЗАВТРАК					**2 ИРТӘНГЕ АШ**
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
ИТОГО			42,40	42,40	
ОБЕД					**ТӨШКЕ АШ**
Салат из свеклы отварной	50	40	52,49	41,99	Пешкән чөгендер салаты
Щи из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной	200/15/10	150/15/5	130,67	111,36	Кош ите белән каймаклы кәбестә ашы
Биточки рыбные "Морячка"	75	50	144,53	71,01	Балык биточкалар
Пюре картофельное	130	110	88,48	74,87	Бәрәңге боткасы
Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкән җимеш 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
ИТОГО			628,69	491,77	
ПОЛДНИК					**КИЧКЕ ӘБӘД**
Кефир	150	110	77,78	57,04	Кефир
ИТОГО			77,78	57,04	
УЖИН					**КИЧКЕ АШ**
Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	166,30	166,30	Соуста белән кош итеннән тефтели
Каша гречневая вязкая	130	110	139,36	117,92	Карабодай боткасы
Чай с лимоном с печ. сахарн в ассорт.	200/7/17	150/7/17	186,87	171,52	Лимонлы чәй печенҗе белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
ИТОГО			539,99	503,20	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1 792,16	1 492,65	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			*146,5 руб (сад)*		*116,32 руб.(ясли)*

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

Меню

СРЕДА 02/08	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ЧӘРШӘМБЕ 02/08
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	**ИРТӘНГЕ АШ**
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	111,49	85,37	Майлы ак күмәч
Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	240,19	185,11	Сөтле майлы манка боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	110,39	91,99	Сөтле кофе
ИТОГО			462,07	362,47	
2 ЗАВТРАК					**2 ИРТӘНГЕ АШ**
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
ИТОГО			42,40	42,40	
ОБЕД					**ТӨШКЕ АШ**
Салат из свежих огурцов	50	40	33,80	27,04	Кыяр салаты
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	89,81	64,19	Каймаклы борщ ашы
Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	376,55	303,91	Пылау
Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	67,06	50,29	Кызыл карлыган 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
ИТОГО			699,82	578,03	
ПОЛДНИК					**КИЧКЕ ӘБӘД**
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
ИТОГО			73,10	56,23	
УЖИН					**КИЧКЕ АШ**
Десерт фруктовый Яблоко	140	100	57,68	41,20	Алма
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йөмырка
Макаронные изделия отварные	130	110	179,30	151,72	Пешкән макарон
Чай полусладкий	200	150	21,50	16,12	Баллы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
ИТОГО			373,38	323,94	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1 650,77	1 363,07	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			*146,5 руб (сад)*		*116,32 руб. (ясли)*

Меню

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

Детский сад комбинированного вида №78 «Ёлочка» для документов

ЧЕТВЕРГ 03/08	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ПӘНҖЕШӘМБЕ 03/08
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	**ИРТӘНГЕ АШ**
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	96,59	70,46	Сырлы ак күмәч
Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	150/5	232,44	182,60	Майлы- сөтле мультиярмалы боткасы
Какао с молоком полусладкое	180	150	96,00	80,00	Сөтле какао
ИТОГО			**425,03**	**333,06**	
2 ЗАВТРАК					**2 ИРТӘНГЕ АШ**
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
ИТОГО			**42,40**	**42,40**	
ОБЕД					**ТӨШКЕ АШ**
Салат из свежей капусты с помидором	50	40	36,08	28,86	Кәбестә белән помидор салат
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	92,22	65,17	Каймаклы рассольник
Котлеты "Татарские"	75	50	239,33	156,55	Кәтлит
Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	227,34	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			**813,87**	**640,28**	
ПОЛДНИК					**КИЧКЕ ӘБӘД**
Простокваша	150	110	79,92	58,61	Простокваша
ИТОГО			**79,92**	**58,61**	
УЖИН					**КИЧКЕ АШ**
Десерт фруктовый Апельсин	105	100	39,06	37,20	Әфлисун
Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным Сластена	150/30	100/30	343,50	242,93	Каймак соусы белән эремчек пудингы
Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	198,19	179,68	"Витамин"чәе печенҗе белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
ИТОГО			628,21	507,27	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1 989,43	1 581,62	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			*146,5 руб (сад)*		*116,32 руб.(ясли)*

Меню

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

ПЯТНИЦА 04/08	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		ҖОМГА 04/08
ЗАВТРАК	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	**ИРТӘНГЕ АШ**
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	111,49	85,37	Майлы ак күмәч
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	67,44	67,44	Пешкән йомырка
Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	270,04	207,49	Сөтле- майлы тары боткасы
Кофейный напиток полусладкий	180	150	80,61	67,17	Сөтле кофе
ИТОГО			**529,58**	**427,47**	
2 ЗАВТРАК					**2 ИРТӘНГЕ АШ**
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
ИТОГО			**42,40**	**42,40**	
ОБЕД					**ТӨШКЕ АШ**
Салат "Солнышко"	50	40	76,72	61,38	Салат
Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	141,47	123,45	Кош ите белән токмач ашы
Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	150	319,75	239,58	Итле-дөгеле тулма
Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкән җимеш 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
ИТОГО			**750,46**	**616,95**	
ПОЛДНИК					**КИЧКЕ ӘБӘД**
Молоко кипяченое	130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
Ватрушка с повидлом	75	75	227,21	227,21	Повидлолы ватрушка
ИТОГО			**300,31**	**283,44**	
УЖИН					**КИЧКЕ АШ**
Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ. (мексик смесь)	2/40/10	40/10	181,38	93,13	Минтай балыгыннан ярмалы-балыклы таякчыклар яш.белән
Пюре картофельное	130	110	88,48	74,87	Бәрәңге боткасы
Чай с лимоном	200/7	150/7	62,73	47,38	Лимонлы чәй
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
ИТОГО			**380,05**	**262,84**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			2 002,80	1 633,10	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			*146,5 руб (сад)*		*116,32 руб.(ясли)*