

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Заместитель Министра

Министерства здравоохранения Республики Татарстан

Ванчурина А.Б.

ПОНЕДЕЛЬНИК 09/10

Масса порции/
авырлыгы

Энергетическая
ценность
(ккал)

ДУШАМБЕ
09/10

ЗАВТРАК

САД

ЯСЛИ

САД

ЯСЛИ

ИРТӘНГЕ АШ

Бутерброд с маслом

30/5

20/5

111,49

85,37

Майлы ак күрәч

Яйцо вареное

1 шт

1 шт

67,44

67,44

Пешкән йомырка

Каша молочная "Теркулесовая"
(жидкая) с маслом

200/3

150/3

230,02

177,48

Сөтле-майлы савы
бугасы

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

99,79

83,75

Балык консервалы белән
борнгелә ашы

Фрикадельки "Особые" с
соусом томатным

50/50

50/50

185,43

185,43

Томатлы соус аң
шарчылары

Макаронные изделия отварные

130

110

179,30

151,72

Пешкән макарон

Компот "Фруктово-ягодный"
ассорти

200

150

59,88

44,91

Ассорти 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

704,83

636,67

ПОЛДНИК

КИЧКЕ ӘБӘД

Молоко кипяченое

130

100

73,10

56,23

Кайнаган сөт

ИТОГО

73,10

56,23

УЖИН

КИЧКЕ АШ

Десерт фруктовый Яблоко

140

100

57,68

41,20

Алма

Пудинг из творога с яблоками
с соусом сметанным Сладцена

150/30

100/30

343,50

242,93

Каймак соусы белән
эрәмчәк пудингы

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

496,79

367,70

ИТОГО ЗА ДЕНЬ

1 750,30

1 451,46

ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ

146,5 руб (сад)

116,32 руб (ясли)

Меню



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

ВТОРНИК 10/10	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		СИШӘМБЕ 10/10
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	69,48	55,58	Пешкән чөгендер салаты
Щи из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной	200/15/10	150/15/5	131,35	111,87	Кош ите белән каймаклы кәбестә ашы
Биточки рыбные "Морячка"	75	50	144,53	71,01	Балык биточкалар
Пюре картофельное	130	110	91,61	77,52	Бәрәңге боткасы
Компот "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	79,92	59,94	Кипкән жимеш 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			649,49	508,52	
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.	200/7/18	150/7/18	194,17	178,82	Лимонлы чэй печенже белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
ИТОГО			547,29	510,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1 820,26	1 516,70	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			146,5 руб (сад)		116,32 руб.(ясли)

Меню

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

Детский сад №78 «Ёлочка»

Ваничкова А.Г.



СРЕДА
11/10

**Масса порции/
авырлыгы**

**Энергетическая
ценность
(ккал)**

ЧӘРШӘМБЕ
11/10

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 помидоров

50

40

39,37

31,50

Помидор салаты

Борщ с капустой и картофелем
со сметаной

200/10

150/5

91,46

63,10

Каймаклы борщ ашы

Плов "Золотой петушок"

50/150

50/100

376,55

303,91

Пылау

Компот "Флодово-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

707,04

581,40

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

Десерт фруктовый Яблоко

140

100

57,68

41,20

Алма

Яйцо вареное

1 шт

1 шт

67,44

67,44

Пешкән йөмырка

Картофель "По-деревенски"

130

110

173,74

147,01

Пешкән бәрәңге

Чай полусладкий

200

150

21,50

16,12

Баллы чэй

Хлеб "Рябинушка"

1/20

1/20

47,46

47,46

Ак ипи

ИТОГО

367,82

319,23

ИТОГО ЗА ДЕНЬ

1 879,64

1 588,94

ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ

146,5 руб (сад)

116,32 руб. (ясли)

Меню



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №78 «Елочка»

Ваничкова А.Г.

<u>ЧЕТВЕРГ</u> <u>12/10</u>	Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ПӘНЖЕШӘМБЕ</u> <u>12/10</u>
<u>ЗАВТРАК</u>	САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТӘНГЕ АШ</u>
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
<i>ИТОГО</i>			425,03	333,06	
<u>2 ЗАВТРАК</u>					<u>2 ИРТӘНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной	100	100	42,40	42,40	сок
<i>ИТОГО</i>			42,40	42,40	
<u>ОБЕД</u>					<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат из белокочанной капусты со свеклой	50	40	63,69	50,95	Кәбестә белән чөгендер салаты
Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	90,53	63,93	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
<i>ИТОГО</i>			839,79	661,13	
<u>ПОЛДНИК</u>					<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Простокваша	150	110	79,92	58,61	Простокваша
<i>ИТОГО</i>			79,92	58,61	
<u>УЖИН</u>					<u>КИЧКЕ АШ</u>
Десерт фруктовый Яблоко	170	170	70,04	70,04	Алма
Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	403,68	296,98	Каймаклы соусы белән эрәмчек запеканкасы
Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	205,49	186,99	"Витамин"чәс печенҗе белән
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	47,46	47,46	Ак ипи
<i>ИТОГО</i>			726,67	601,47	
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>			2 113,81	1 696,67	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ			146,5 руб (сад)		116,32 руб. (ясли)

Меню



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

<u>ПЯТНИЦА</u> <u>13/10</u>		Масса порции/ авырлыгы		Энергетическая ценность (ккал)		<u>ЖОМГА</u> <u>13/10</u>
<u>ЗАВТРАК</u>		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	<u>ИРТЭНГЕ АШ</u>
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	
<u>2 ЗАВТРАК</u>						<u>2 ИРТЭНГЕ АШ</u>
Сок фруктовый разливной		100	100	42,40	42,40	сок
ИТОГО				42,40	42,40	
<u>ОБЕД</u>						<u>ТӨШКЕ АШ</u>
Салат из св.помидоров и огурцов (ДОУ)		50	40	36,91	29,53	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 "Фруктово-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				710,65	585,10	
<u>ПОЛДНИК</u>						<u>КИЧКЕ ӘБӘД</u>
Молоко кипяченое		130	100	73,10	56,23	Кайнаган сөте
ИТОГО				73,10	56,23	
<u>УЖИН</u>						<u>КИЧКЕ АШ</u>
Палочки рыбо-крупяные из минтая с овоц. (мексик смесь)		2/40/10	40/10	181,38	93,13	Минтай балыгыннан ярмалы-балыклы таякчыклар яш.белән
Пюре картофельное		130	110	91,61	77,52	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				383,18	265,49	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				1 738,91	1 376,69	
ИТОГО СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ				146,5 руб (сад)		116,32 руб. (ясли)