

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

От _____ (1 день)

Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е.



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	ясли	сад	
Завтрак			ккал
Каша манная молочная с маслом/ Сөтле манний боткасы май белән	150/5	200/5	171,10/228,00
Чай с сахаром/Баллы чэй	160/4	180/5	18,00/20,38
Бутерброд с маслом сливочным/ Икмәк белән май	25/5	30/5	99/111,00
2-ой завтрак			
Сок/сок	125	125	51,90/90,90
Обед			
Салат «Пестрый»/ “Пестрый” салаты	30	50	25,00/46,00
Щи со свежей капустой, картофелем, курицей и сметаной/ Щи ашы тавык белән	150/10/5	200/15/6	127,00/158,50
Котлеты рубленые из говядины/Ит котлеты	60	70	99/138,5
Макароны отварные/Пешерелгән макароннар	110	130	143,40/169,20
Компот из свежих яблок/ Алма компоты	150	180	42,10/48,50
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Пицца с сыром/Сыр белән пицца	50	60	134,30/174,50
Катык/Катык	110	120	54,30/62,1
Рагу с курицей/Тавык белән рагу	30/110	40/120	142/174,00
Чай фруктовый/Жиләкле чэй	150/6	180/7	55/69,50
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47/54,50
Всего:	1476	1787,5	1275,10/1611,08

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

От _____ (2день)

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е.



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	ясли	сад	
Завтрак			ккал
Каша «Дружба» молочная с маслом/ Тары ярмасыннан һәм дөгедән пешерелгән сөтле “Дуслык” боткасы	150/5	200/5	131,00/173,80
Какао с молоком/ Сөтле какао	160	180	73,30/87,30
Бутерброд с сыром, маслом/ Сыр һәм май белән Икмәк	25/5/3	30/7/3	119,60/146,00
2-ой завтрак			
Фрукты свежие/ Жимеш	100	100	36,0/36,40
Обед			
Салат из свеклы/ Чөгендер салаты	30	50	24,00/42,00
Суп картофельный с клецками и мясными фрикадельками Аркадаш,бәрәнге,жилпәк ашы.	150/15	200/15	164,00/188,24
Биточки рубленые из рыбы/Балык котлеты	50	70	94/100,60
Пюре картофельное/Бәрәнге пюресы	110	130	100,10/155,00
Кисель/ Кисель	150	180	33,34/40,00
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Кондитерское изделие/Кондитер эйберләре	10	10	79,00/128,00
Молоко кипяченое/Кайнаган сөт	110	120	51,00/63,40
Салат из моркови/ Кишер салаты	30	50	14,00/37,00
Суфле из творога с молоком сгущенным/ Эремчек суфлесы, куертылган сөт белән	130/10	150/20	195,20/235,00
Чай с сахаром и лимоном/ Баллы чэй лимон белән	150/4/4	180/5/5	34,50/41,40
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47/54,50
Всего:	1423	1770,5	1262,04/1612,24

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

От _____ (3 день)

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е.



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	ясли	сад	
Завтрак			ккал
Каша геркулесовая молочная с маслом/ Сөтле геркулес боткасы, май белән	150/5	200/5	126,00/182,30
Чай с молоком, сахаром/ Сөтле баллы чэй	160/4	180/5	74,80/89,00
Бутерброд с маслом сливочным/ Икмәк белән май	25/5	30/5	99,00/111,00
2-ой завтрак			
Сок/сок	125	125	60/49,60
Обед			
Морковь отварная/икра кабачковая	30	50	3,30/73,85
Свекольник со сметаной/Каймак белән чөгендер ашы	150/5	200/6	80,00/94,00
Гуляш из индейки/Куркә гуляшы	40/40	45/45	162,00/168,70
Каша гречневая вязкая/ Узле карабодай боткасы	110/2,5	130/3	116,00/135,10
Компот из замороженных ягод	150	180	52/62
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Ряженка/Ряженка	110	120	55,60/64,00
Вак-балиш/ Вак-бәләш	50	75	186/280,00
Рагу из овощей/ Яшелчә рагусы	110	130	99,00/117,00
Чай с сахаром/ Баллы чэй	160/4	180/5	18,00/20,38
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47,00/54,50
Всего:	1486,5	1779,5	1244,30/1583,93

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

От _____ (4день)

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е.



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	ясли	сад	
Завтрак			ккал
Каша пшеничная молочная с маслом/ Сөтле пшеница боткасы, май белән	150/5	200/5	128,00/195,40
Кофейный напиток с молоком/Сөт белән кофейный эчемлек	165/7	180	55/65,00
Бутерброд с сыром, маслом/Май һәм сыр белән икмәк	25/5/3	30/7/3	119,60/146,00
2-ой завтрак			
Фрукты свежие// Жимеш	100	100	62,30/61,00
Обед			
Салат из свеклы и моркови	30	50	26,00/43,10
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной/ Рассольник тавык,каймак белән	150/10/5	200/15/5	136,30
Макаронник с мясом/Итле макаронник	130/2	160/3	227,50/275,00
Компот из сухофруктов/Жиләк компоты	150	180	62,50/75
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Кондитерское изделие/Кондитер әйберләре	10	20	70,00/135,00
Салат из моркови с яблоком/Кишер салаты алма белән	30	50	19,80/37,00
Молоко кипяченое/ Кайнаган сөт	110	120	51,00/63,40
Пудинг из творога с рисом,молоком сгущенным/ Дәге белән эремчек чуачыгы, куерылган сөт белән	130	150	196,00/244,50
Напиток шиповника/Гөлжимеш эчемлеге	150/4	180/5	25,9/31,1
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47/54,50
Всего:	1421	1723,5	1249,60/1645,00

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

От _____ (5 день)

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е.



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	Ясли	сад	
Завтрак			ккал
Каша полбяная молочная с маслом /Сөтле полба боткасы, май белән	150/5	200/5	138/187,20
Какао с молоком/Сөтле какао	160	180	73,30/87,30
Бутерброд с маслом сливочным/ Икмәк белән май	25/5	30/5	99/111,00
2-ой завтрак			
Сок/Сок	125	125	43,00/85,00
Обед			
Салат из моркови/ Кишер салаты	30	50	14,00/37,00
Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками/ Бәрәнгә б/н дөмеш ашы , итле аркадаш б/н	150/10	200/15	103,00/132,60
Плов из курицы/ Тавык б/н пылау	130	160	283/352
Компот из свежих яблок/ Алма компоты	150	180	42,10/48,50
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Кондитерское изделие/Кондитер эйберләре	20	30	146,00/217,00
Омлет натуральный/ Табигый жимәлдәу	130	140	142,50/167,40
Кефир/Кефир	110	120	54,8/60,20
Чай с сахаром/Баллы чәй	160/4	180/5	18,00/20,38
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47/54,50
Всего:	1419	1685,5	1269,70/1628,58

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

От _____ (бдень)

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е.



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	ясли	сад	ккал
Завтрак			
Каша геркулесовая молочная с маслом/ Сөтле геркулес боткасы, май белән	150/5	200/5	120,00/182,30
Чай с молоком, сахаром/ Сөт белән баллы чәй	160/4	180/5	74,80/89,00
Бутерброд с сыром, маслом/ Сыр һәм май белән Икмәк	25/5/3	30/7/3	119,60/146,00
2-ой завтрак			
Фрукты свежие/Жимеш	100	100	45,20/53,20
Обед			
Салат «Пестрый»	30	50	25,00/46,00
Суп картофельный с горохом и мясными фрикадельками, с гренками/Борчак ашы итле аркадаш б/н	150/10/10	200/15/10	110,00/157,00
Биточки куриные «Солнышко»/Тавык котлеты «КОЯШ»	50	70	127,00/152,00
Макароны отварные/ Пешерелгән макароннар	110	130	143,40/169,20
Кисель/ Кисель	150	180	33,34/40,00
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Плюшка новомосковская/Кабартма новомосковская	50	60	118,00/149,00
Ряженка/Ряженка	110	120	55,60/64,00
Рагу с индейкой/Күркә рагусы	30/100	40/120	150,00/200,00
Чай фруктовый/ Жимеш чәе	150/6	180/7	55/69,50
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47/54,50
Всего:	1358	1772,5	1289,94/1654,20

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

От _____ (7 день)

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е.



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	ясли	сад	
Завтрак			ккал
Каша манная молочная с маслом/ Сөтле манка боткасы, май белән	150/5	200/5	171,10/228,00
Кофейный напиток с молоком/ Сөтле кофе	165/7	180	55/65,00
Бутерброд с маслом сливочным/ Май белән Икмәк	25/5	30/5	99/111,00
2-ой завтрак			
Сок/сок	125	125	35/64,00
Обед			
Огурцы соленные/Тозлаган кыяр	30	50	3,30/5,50
Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной и мясными фрикадельками/ Ит шурпасыннан пешерелгән борщ ашы, каймак белән	150/10/5	200/15/5	86,00/158,30
Биточки рубленые из рыбы/Балык котлеты	50	70	94,00/100,60
Рис отварной/Пешерелгән дөгә	110	130	181,75/214,80
Компот из замороженных ягод	150	180	52/62
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Кондитерское изделие/Кондитер эйберләре	10	10	83,00/98,00
Молоко кипяченое/ Кайнаган сөт	110	120	51,00/63,40
Салат из моркови с яблоками/ Алмалы кишер салаты	30	50	19,80/37,00
Запеканка творожная с молоком сгущенным/ Куертылган сөт белән эремчек	130/10	150/20	186,00/241,00
Чай с сахаром и лимоном/Баллы чәй лимон б/н	150/4/4	180/5/5	34,50/41,40
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47/54,50
Всего:	1485	1795,5	1264,05/1627,00

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

От _____ (8день)

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е.



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	ясли	сад	ккал
Завтрак			
Каша пшеничная молочная с маслом/ Пшено боткасы, май белән	150/5	200/5	128,00/194,00
Какао с молоком/ Сөтле какао	160	180	73,30/87,30
Бутерброд с сыром, маслом/ Сыр һәм май белән Икмәк	25/5/3	30/7/3	119,60/146,00
2-ой завтрак			
Фрукты свежие/ Жимеш	100	100	45,20/49,00
Обед			
Салат из свеклы/Чөгендер салаты	30	50	24,00/42,00
Суп крестьянский с курицей, сметаной/ Тавык шурпасыннан пешерелгән аш	150/10/5	200/15/5	110/144
Запеканка картофельная с мясом (с соусом сметанным)/ Итле һәм бәрәңгеле запеканка	130/15	150/20	223,00/281,00
Компот из сухофруктов/ Жиләк компоты	150	180	62,50/75
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Катык/катык	110	120	47,20/62,1
Шафран с яблоками/Шафран алма б/н	40	50	107/140
Гречка с фаршем и овощами/Фарш,ячелчә б/н кара бодай.	130	140	197,00/263,00
Чай с сахаром/ Баллы чәй	160/4	180/5	18,00/20,38
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47/54,50
Всего:	1434	1720,5	1267,80/1640,98

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

От _____ (9 день)

Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е.



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	Ясли	сад	
Завтрак			ккал
Суп молочный с вермишелью/Сөтле аш токмач белән	150	180	169,00/203,00
Чай с сахаром/Баллы чәй	160/4	180/5	18,00/20,38
Бутерброд с маслом сливочным/Май белән Икмәк	25/5	30/5	99,00/111,00
2-ой завтрак			
Сок/Сок	125	130	64,00/98,42
Обед			
Салат из свеклы и моркови/икра кабачковая	30	50	26,00/73,85
Щи со свежей капустой,картофелем, со сметаной на м/б / Щи ашы каймак б/н	150/5	200/6	83,00/111,00
Плов из отварной говядины/Итле пылау	130	180	242,00/302,00
Компот из свежих яблок/ Алма компоты	150	180	42,10/48,50
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Кондитерское изделие/Кондитер эйберләре	10	20	58,00/68,00
Молоко кипяченое/ Кайнаган сөт	110	120	51,00/63,40
Салат из моркови/Кишер салаты	30	50	14,00/37,50
Запеканка из творога с крошкой/Эремчек запеканкасы	130	150	225,00/271,00
Напиток шиповника/Гөлжимеш эчемлеге	150/4	180/5	25,9/31,1
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47/54,50
Всего:	1424	1726,5	1230,00/1576,15

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

От _____ (10 день)

Заведующий МБДОУ №30 «Кораблик»

Кошелева С.В.

Ст.медсестра/ Корунова Ю.Е



Наименование блюд и продуктов	Масса порции/выход		Энергетическая ценность
	Ясли	сад	
Завтрак			ккал
Каша рисовая молочная с маслом/Сөтле геркулес боткасы, май белән	150/5	200/5	112,00/148,00
Кофейный напиток с молоком/Сөтле кофе	165/7	180	55/65,00
Бутерброд с сыром, маслом/Май һәм сыр белән Икмәк	25/5/3	30/7/5	119,60/146,00
2-ой завтрак			
Фрукты свежие/ Жимеш	100	100	44,70/92,68
Обед			
Салат из моркови с яблоками/ Кишер б/н алма салаты	30	50	19,80/37,00
Суп-лапша домашняя с курицей/ Тавык шурпасыннан пешерелгән токмачлы аш	150/10	200/15	85,80/110,00
Котлеты «Аппетитные»/ “ Аппетитный” котлеты	50	70	117,00/163,20
Каша перловая с овощами/Перловка боткасы ячелчә б/н	110/3	130/4	157,60/187,00
Компот из замороженных ягод	150	180	52/62
Хлеб сельский/ Икмәк	30	37,5	66/82,5
Полдник			
Кефир/Кефир	110	120	54,8/60,20
Кондитерское изделия/Кондитер эйберләре	20	30	158,00/218,00
Омлет натуральный/Табигый жәмәлдәү	130	140	142,50/167,40
Чай с сахаром/Баллы чәй	160/4	180/5	18,00/20,38
Хлеб пшеничный/ Икмәк	20	23	47/54,50
Всего:	1437	1709,5	1249,30/1601,86