



на 20 мая 2026г.

МЕНЮ

Наименование блюда 6 день	Без нэрэ ашыбыз	Выход г 1-3 лет	Выход г 3-7 лет	Б г	Ж г	Энергетичность г/Витамин С
Завтрак:	Иртэнге аш:					
Каша геркулесовая молочная с маслом	Сөтле солы боткасы май белән	150/3	200/3	4,80/6,70	5,00/7,50	14,00/22,00 136,0/182,30
Чай с молоком, сахаром	Сөтле чэй шикәр белән	160/4	180/5	2,30/2,60	2,00/2,30	11,90/14,30 74,80/89,00
Бутерброд с сыром, маслом	Бутерброд сыр һәм атланмай белән	25/5/3	25/7/3	3,50/4,00	5,95/6,00	12,90/12,83 119,60/122,00
Итого:	Барлығы:	352	423	10,60/13,30	12,95/15,80	38,80/49,13 330,40/393,00
2 завтрак:	Икенче иртэнге аш:					
Фрукты свежие	Жимешләр	85	100	0,34/0,34	0,34/0,34	11,27/11,27 45,00/53,20
Итого:	Барлығы:	85	85	0,34/0,34	0,34/0,34	11,27/11,27 45,00/53,20
Обед:	Көндезге аш:					
Морковь отварная/Икра кабачковая	Кайнатылган кишер/ташкабак икрасы	30	50	0,24/0,70	0,03/2,50	0,60/4,50 3,60/63,00
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	Тавык, каймак белән Ленинград тозлаучысы	150/10/5	200/15/5	2,67/3,56	3,38/4,50	17,7/23,60 112,00/149,00
Биточки куриные «Солнышко»	Тавык итеннән кәтлит«Кояш»	50	70	6,40/8,00	8,50/10,50	5,20/6,20 123,00/152,00
Макаронны отварные	Пешкән макарон	110	130	4,10/4,80	3,00/3,60	25,00/29,40 143,40/169,00
Кисель	Кесэл	150	180	-/-	-/-	8,34/10,0 33,34/40
Хлеб сельский	Авыл икмәге	30	37,5	1,5/1,8	0,3/0,4	14,3/18 66/82,5
Итого:	Барлығы:	535	687,5	15,09/18,86	16,68/21,50	73,24/91,70 481,34/655,50
Полдник:	Жиңгел аш:					
Ряженка	Кагык	100	110	3,00/3,19	2,50/2,75	4,20/4,62 55,60/59,00
Булочка сдобная	Кабартма	40	50	3,04/3,8	3,84/4,8	17,84/22,3 118,4/148
Гречка с фаршем и овощами	Карабодай фарш һәм яшелчәләр белән	110	130	6,00/7,30	7,50/10,00	28,00/33,20 185,00/252,00
Напиток из урюка	Өрек эчемлеге	150	180	0,05/0,06	0,01/0,02	4,42/4,99 52,10/63,00
Хлеб пшеничный 1с	Ак ипи 1с	20	20	1,6/1,52	0,2/0,16	9,8/9,84 47,0/47,00
Итого:	Барлығы:	434	495	13,69/15,87	14,05/17,73	64,26/74,95 458,10/568,00
ВСЕГО:	БАР ЛЫГЫ:	1321	1690,5	39,72/48,37	44,02/55,37	187,57/227,0 5 1314,84/1670,50