

МЕНЮ

2026 г.

на

30 июля

Наименование блюда 2 день	Без нэрсэ ашыйбыз	Выход г 1-3 лет	Выход г 3-7 лет	Б г	Ж г	У г	Эн.ценность Ккал, /Витамин С
Завтрак:							
Каша манная молочная с маслом	Сөтлө манна боткасы майлы	150/3	200/3	3,90/5,20	4,38/5,80	19,00/25,20	131,00/173,80
Какао с молоком	Какао сөт белән	160	180	2,00/2,42	2,20/2,58	11,30/13,61	65,16/87,30
Бутерброд с сыром, маслом	Бутербродсыр нәм 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:	Барлыгы:	346	418	9,40/11,62	12,33/14,38	43,20/51,64	315,76/383,10
2 завтрак:	Икенче иртэнге аш						
Фруктовое пюре.	Жилэк-жимеш боламыгы	85	100	0,34/0,34	0,34/0,34	10,50/10,50	47,00/49,00
Итого:	Барлыгы:	85	85	0,34/0,34	0,34/0,34	10,50/10,50	47,00/49,00
Обед:	Көндөзгө аш:						
Салат из свежей капусты	Яңа кэбестэ салаты	30	50	0,36/0,60	1,50/2,50	2,52/4,20	25,00/42,00
Суп крестьянский с курицей, со сметаной	Тавык, каймак белән крестьян ашы	150/10/5	200/15/5	3,00/3,50	5,80/7,80	14,70/19,70	121,00/163,00
Ёжики мясные паровые	Итлө пар керпеләре	50	70	6,50/8,75	4,86/6,80	10,41/8,15	121,43/170,00
Пюре картофельное	Бөрөңгө боламыгы	110	130	2,20/3,70	3,30/4,44	15,40/25,00	131,15/155,00
Напиток апельсиновый	Әфлисун эчемлеге	150	180	0,10 / 0,10	0,10/ 0,10	10,20/11,80	42,10/49
Хлеб сельский	Авыл икмәге	30	37,5	1,5/1,8	0,3/0,4	14,3/18	66/82,5
Итого:	Барлыгы:	688,5	688,5	13,66/18,45	15,86/22,04	67,53/86,85	506,68/661,50
Полдник:	Жиңгел аш:						
Кондитерские изделия (печенье)	Кондитер ризыклары (печенье)	10	10	3,20/3,20	3,38/3,38	26/27,00	114,00/168,00
Молоко кипяченое	Кайнаган сөт	100	110	2,30/2,50	2,50/2,75	3,60/4,00	46,00/51,00
Суфле из творога с молоком стужённым	Куертылган сөтлө эремчектән Суфле	110/10	150/20	5,82/9,00	8,10/12,50	15,53/24,00	158,00/245,00
Чай с сахаром и лимоном	Чэй шикәр нәм лимон белән	150/4/4	180/5/5	0,09 / 0,12	0,01 / 0,01	8,50/10,20	34,50/41,00
Хлеб пшеничный	Ак ипи	20	20	1,6/1,52	0,2/0,16	9,8/9,84	47/47,00
Итого:	Барлыгы:	398	500	13,01/16,34	14,19/18,80	63,43/75,04	399,50/552,00
ВСЕГО:	БАРЛЫГЫ:	1364,00	1691,5	36,41/46,75	42,72/55,56	224,03/232,06	1268,94/1645,60

Ст.мед/сестра: Семагина Е.В.