



МЕНЮ  
на 04 сентября 2026 г.

Наименование блюда	Без нәрсә ашыйбыз	Выход г 1-3 лет	Выход г 3-7 лет	Б г	Ж г	Эн.Ценность,Ккал, /Витамин С
<b>Завтрак:</b>	<b>Иртәнге аш:</b>					
Сул молочный с вермишелью	Вермишель белән сөтлө шулла	180	200	8,01/8,90	7,56/8,40	219,0/243,0
Чай с сахаром	Шикәрле чәй	160/4	180/5	0,05/0,06	0,01/0,02	18,00/20,00
Бутерброд с сыром, маслом	Бутерброд сыр һәм атланмай белән	25/5/3	25/7/3	3,50/4,00	5,95/6,00	119,6/122,0
<b>Итого:</b>	<b>Барлығы:</b>	<b>377</b>	<b>420</b>	<b>11,56/12,96</b>	<b>13,52/14,42</b>	<b>356,60/385,00</b>
<b>2 завтрак:</b>	<b>Икенче иртәнге аш:</b>					
Фрукты свежие	Жимешләр яна	85	100	0,34/0,34	0,34/0,34	45,00/53,20
<b>Итого:</b>	<b>Барлығы:</b>	<b>85</b>	<b>85</b>	<b>0,34/0,34</b>	<b>0,34/0,34</b>	<b>45,00/53,20</b>
<b>Обед:</b>	<b>Көндөзге аш:</b>					
Морковь отварная	Пешкән кишер	30	50	0,60/0,75	0,05/0,06	20,00/33,50
Борщ со свежей калустой, с картофелем на м/б, со сметаной	Яшь кәбестәле, бөрәнне, каймак, итле шурпада пешкән борщ	150/5	200/5	2,10/3,00	4,30/7,90	100,00/158,00
Плов из отварной говядины	Кайнатылган сыер ите	130	160	10,00/13,50	11,00/12,20	246,00/303,00
Напиток из урюка	Өрек эчемлеге	150	180	0,50/0,6	0,03/0,1	52,10/63
Хлеб сельский	Авыл икмәге	30	37,5	1,5/1,8	0,3/0,4	66/82,5
<b>Итого:</b>	<b>Барлығы:</b>	<b>495</b>	<b>632,5</b>	<b>14,70/19,65</b>	<b>15,68/20,62</b>	<b>484,10/639,50</b>
<b>Полдник:</b>	<b>Жиңел аш:</b>					
Катык	Катык	100	110	3,00/3,77	2,50/2,75	54,30/62,1
Пирожок печёный с повидлом	Күрәзе белән пешкән Пирожок	40	50	0,72/0,90	1,44/1,80	140,0/196,00
Рагу из птицы с овощами	Яшелчәле кош рагуы	100/20	120/25	7,3/10,7	10,34/13,7	173,00/210
Напиток шиповника	Гөлжимеш эчемлеге	150/4	180/5	0,05/0,011	0,25/0,001	25,9/21
Хлеб пшеничный 1с	Ак ипи 1 с	20	20	1,6/1,52	0,2/0,16	47/47,00
<b>Итого:</b>	<b>Барлығы:</b>	<b>414</b>	<b>510</b>	<b>13,12/16,90</b>	<b>14,73/18,41</b>	<b>440,20/536,10</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>БАРЛЫҖЫ:</b>	<b>1371</b>	<b>1647,5</b>	<b>39,72/49,85</b>	<b>44,27/53,79</b>	<b>1264,30/1613,80</b>

Ст.мед/сестра:  Семягина Е.В.