

Утверждаю
директор МБДОУ
«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»
Э.М.Гиниятуллина

МЕНЮ

на «01» октября 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1.Каша «Манная» молочная с маслом сливочным 140/3(149,26ккал)/180/3(186,3ккал) 2. Какао с молоком 180/6(58,83ккал) 3. Бутерброд (батон) маслом сливочным 25/5(98,5ккал)/30/5(111,60ккал) 10:00 Яблоко 100 (47ккал)	Иртэнге аш 1. Ак май белэн сөттә пешкән “Маннй” боткасы 140/3(149,26ккал)/180/3(186,3ккал) 2. Сөтле какау эчемлеге 180/6(58,83ккал) 3. Ак май белэн киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)/30/5(111,60ккал) 10:00 Алма 100 (47ккал)
Обед Томаты свежие порционно 30(6,6ккал)/50(11,0ккал) 1. Щи со свежей капустой, картофелем, со сметаной 150/5(61,95ккал)/180/7(75,96ккал). 2. Биточки «Домашние» 50(161ккал)/70(225,40ккал) 3. Гороховое пюре 110(163,9ккал)/130(196,94ккал) 4. Компот из урюка 150(44,85ккал) 180(68,2ккал) 5. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)/45(89,10ккал) С: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)	Төшке аш Помидор 30(6,6ккал)/50(11,0ккал) 1. Яшелчә шулпасында пешкән “Кәбесте” ашы 150/5(61,95ккал)/180/7(75,96ккал) 2. Тавык итеннән өй битләр 50(161ккал)/70(225,40ккал) 3. Борчак боламыгы 110(163,9ккал)/130(196,94ккал) 4. Урюк суы 150(44,85ккал) 180(68,2ккал) 5. Арыш ипи 35(69,3ккал)/45(89,10ккал) С: Бодай ипи 25(58,75ккал)
Полдник 1. Молоко кипячёное 150(85ккал)/180(96,30ккал) 2. Булочка с сахаром 35(95,67ккал)	Төштән соңгы аш 1. Кайнаган сөт 150(85ккал)/180(96,30ккал) 2. Шикәрле ак күмәч 35(95,67ккал)
Ужин 1. Рыба тушёная с овощами 40/20(196,18ккал)/50/25(245,23ккал) 2. Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01ккал) 3. Чай с сахаром 150/5(20,08ккал) / 180/6(24,1ккал) 4. Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)/30(70,5ккал)	Кичке аш 1. Яшелчәләр белән томалап пешерелгән балык 40/20(196,18ккал)/50/25(245,23ккал) 2. Ак май белән пешкән дөгә боткасы 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01ккал). 3. Шикәрле чәй 150/5(20,08ккал)/180/6(24,1ккал) 4. Бодай ипи 25(58,75ккал)/30(70,5ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова