

Утверждаю
директор МБДОУ



«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

МЕНЮ

на «03» октября 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1. Каша «Геркулесовая» молочная с маслом сливочным 140/3(185,66ккал)-180/3(233,10ккал) 2. Кофейный напиток с молоком 180(42,67ккал) 3. Бутерброд (батон) с сыром и маслом сливочным 25/10/5(132,83ккал)-30/10/5(146,10ккал) 10:00 Сок яблочно-грушевый 125(68ккал)-180(94,40ккал)	Иртэнге аш 1. Ак май белән сөттә пешкән “Солы” боткасы 140/3(185,66ккал)-180/3(233,10ккал) 2. Сөтлө кәһвә эчемлегә 180(42,67ккал) 3. Сыр белән ак май киселгән күмәч 25/10/5(132,83ккал)-30/10/5(146,10ккал) 10:00 Алма, груша согы 125(68ккал)-180(94,40ккал)
Обед Огурцы свежие порционно 30(3,6ккал)-50(6,0ккал) 1. Суп картофельный с рисовой крупой, с мясными фрикадельками, со сметаной 150/10/5(72,05ккал)-180/10/5 (79,6ккал) 2. Котлеты рыбные с маслом сливочным 50/2(102,2)-70/3(144,36ккал) 3. Макароны изделия отварные с овощами 110(138,16ккал)-130(163,28ккал) 4. Кисель 150(62,7ккал)-180(75,24ккал) 5. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)-45(89,10ккал) 6. С:Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)	Төшке аш Кыяр 30(3,6ккал)-50(6,0ккал) 1. Соякле ит фрикаделькасы шулпасында пешкән “Доге” ашы 150/10/5(72,05ккал)-180/10/5 (79,6ккал) 2. Ак май белән балык итеннән кәтлите 50/2(102,2ккал)-70/3(144,36ккал) 3. Яшелчә белән макарон пешкән 110(138,16ккал)- 130(163,28ккал) 4. Алма суы 150(62,7ккал)- 180(75,24ккал) 5. Арыш ипи 35(69,3ккал)-45(89,10ккал) 6. С:Бодай ипи 25(58,75ккал).
Полдник 1. Ряженка 150(76ккал)-180(91,8ккал) 2. Булочка «Российская» 30(88,5ккал)	Төштән соңгы аш 1. Ряженка 150(76ккал)-180(91,8ккал) 2. Ак кумеч 30(88,5ккал)
Ужин 1. Каша вязкая гречневая с мясом и овощами 150(201,38ккал)-200(268,5ккал) 2. Напиток из шиповника 150/5(52,5ккал)-180/6(79,38ккал) 3.Хлеб пшеничный 20(47ккал)-30(70,5ккал)	Кичке аш 1. Сыер итеннән белән кара бодай боткасы 150(201,38ккал)-200(268,5ккал) 2. Гөлжимеш суы 150(52,5ккал)-180(79,38ккал) 3. Бодай ипи 20(47ккал)-30(70,5ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова