


Утверждаю  
и.о. директора МБДОУ  
«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»  
  
Л.С.Мензелина

**МЕНЮ**  
на «05» мая 2026г

**МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»**

<b>Завтрак</b>	<b>Иртэнге аш</b>
1. Каша «Пшеничная» молочная с маслом сливочным 140/3(191,96ккал)/180/3(241,16ккал) 2. Какао с молоком 180/6(90,78ккал) 3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)/30/5(111,68ккал)  10:00 Сок яблочно-грушевый 200(84,8ккал)	1. Ак май белэн сөттө пешкэн “Бодай” боткасы 140/3(191,96ккал)/180/3(241,16ккал) 2. Сөтле какау эчемлеге 180/6(90,78ккал) 3. Ак май белэн киселгэн күмөч 25/5(98,5ккал)/30/5(111,68ккал)  10:00 Алма, груша согы 200(84,8ккал)
<b>Обед</b>	<b>Төшке аш</b>
Салат картофельный с морковью и солеными огурцами 40(34,64ккал)/60(51,96ккал) Г. Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной 150/5(70,31ккал)/180/7(85,97ккал) 2. Гуляш из отварной говядины 30/30(132,6ккал)-40/40(176,8ккал) 3. Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 110/2(170,14ккал)/130/3(205,27ккал) 4. Кисель 150(46,05)/180(55,26ккал) 5. Хлеб ржаной 35(69,23)/45(89,19ккал) 6. Хлеб пшеничный 25(58,75)/35(82,25ккал)	Тозлы кыяр белэн бэрэнге салаты 40(34,64ккал)/60(51,96ккал) 1. Соякле ит, каймаклы яшелчэ шулпасында пешкэн “Борщ” ашы 150/5(70,31ккал)/180/7(85,97ккал) 2. Итеннэн гуляш 30/30(132,6ккал)- 40/40(176,8ккал) 3. Ак май белэн кара бодай боткасы 110/2(170,14ккал)/130/3(205,27ккал) 4. Кесэл 150(46,05)/180(55,26ккал) 5. Арыш ипие 35(69,23)/45(89,19ккал) 6. Бодай ипи 25(58,75)/35(82,25ккал)
<b>Полдник</b>	<b>Төштөн соңгы аш</b>
1. Ряженка 150(76ккал)/180(92ккал) 2. Вафли 20(108,5ккал)	1. Ряженка 150(76ккал)/180(92ккал) 2. Вафли 20(108,5ккал)
<b>Ужин</b>	<b>Кичке аш</b>
1. Ватрушка королевская 130(350,13ккал)/150(404ккал) 2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)	1. Патшаларча эремчекле шэнгө 130(350,13ккал)/150(404ккал) 2. Лимон белэн шикэрле чэй 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)

Старшая мед.сестра

 Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

 Г.И.Нуретдинова

МЕНЮ  
05 мая 2026 г.

## Завтрак:

Наименование блюда	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			Я	С	Я	С	Я	С	ясли	сад	ясли	сад
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	6,02	7,73	4,84	5,60	30,97	39,81	191,96	241,16	0,67	0,86
Какао с молоком	180/6	180/6	3,67	3,67	3,19	3,19	10,87	10,87	90,78	90,78	1,43	1,43
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68		

## 2-ой Завтрак:

Сок яблочно-грушевый	200	200	1,0	1,0	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,0	4,0
----------------------	-----	-----	-----	-----	------	------	-------	-------	-------	-------	-----	-----

## Обед:

Салат картофельный с морковью и солеными гурцами	40	60	0,49	0,73	3,14	4,71	3,58	5,38	44,56	66,84		
Борщ со свежей капустой, с картофе- лем на мясном бульоне, со сметаной	150/5	180/7	1,26	1,48	3,70	4,59	6,74	8,12	70,31	85,97	6,43	7,71
Гуляш из отварной говядины	30/30	40/40	8,73	11,64	10,07	13,43	1,73	2,31	132,60	176,80	0,56	0,74
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110/2	130/3	6,45	7,62	3,13	4,16	29,16	34,47	170,14	205,27	0	0
Кисель	150	180	0,45	0,54	0,08	0,09	13,50	16,18	62,70	75,24	0,83	0,99
Хлеб пшеничный	25	35	1,90	2,66	0,20	0,28	12,30	17,22	58,75	82,25	0,00	0,00
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		

## Полдник:

Кисломолочный напиток(ряженка)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,45
Кондитерское изделие(вафли)	20	20	0,75	0,75	6,10	6,10	12,50	12,50	108,50	108,50	0	0

## Ужин:

Королевская ватрушка	100/30	120/30	15,98	18,44	9,50	10,96	50,58	58,36	350,13	404,00		
Чай с сахаром и лимоном	150/5/ 5	180/6/ 7	0,10	0,13	0,2	0,03	5,18	6,23	21,78	26,48	2,24	2,83