

Утверждаю
директор МБДОУ
«Планета детства»
Э.М.Гиниятуллина



на «14» июля 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1. Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным 140/3(155,56ккал)-180/5(207,6ккал) 2. Кофейный напиток с молоком 180/6(42,67ккал) 3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)-30/5(111,6ккал) 10:00 Яблоко 100(47ккал)	Иртэнге аш 1. Ак май белән сөттә пешкән “Дуслык” боткасы 140/3(155,56ккал)-180/5(207,6ккал) 2. Сөтле кәһвә эчемлеге 180/6(42,67ккал) 3. Ак май белән киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)-30/5(111,6ккал) 10:00 Алма 100(47ккал)
Обед Салат из зеленого горошка к/с30(25,08ккал)-50(41,8ккал) 1. Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками 150/10(90,56ккал)-180/15(114,56ккал). 2. Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом 110/20(179,73ккал)-120/30(201,98ккал) 3. Напиток из смеси сухофруктов 150(57ккал)- 180(68,18ккал) 4. Хлеб ржаной 35(69,23ккал)-45(89,1ккал) 5. Хлеб пшеничный 15(35ккал)-25(58,75ккал)	Төшке аш Яшелче борчак салаты 30(25,08ккал)-50(41,8ккал) 1. Соякле ит фрикаделькасы шулпасында пешкән вермишель ашы 150/10(90,56ккал)-180/15(114,56ккал) 2. Ялкауларча голубец 110/20(179,73ккал)-120/30(201,98ккал) 3. Кипкән жимеш суы 150(99,6ккал)-180(119,52ккал) 4. Арыш иние 35(69,23ккал)-45(89,1ккал) 5. Бодай ини 15(35ккал)-25(58,75ккал)
Полдник 1. Кефир 150(75ккал)-180(90ккал) 2. Вафли 20(90,2ккал)	Төштән соңгы аш 1. Кефир 150(75ккал)-180(90ккал) 2. Вафли 20(90,2ккал)
Ужин 1. Котлеты рыбные 50(89ккал)-70(124,6ккал) 2. Пюре картофельное 120(109,8ккал)-140(128,1ккал) 3. Чай с сахаром 150/5(20,8ккал)-180/6(24,1ккал) 4. Хлеб пшеничный 20(47ккал)-30(70,5ккал)	Кичке аш 1. Балык итеннән кәтлите 50(89ккал)-70(124,6ккал) 2. Бәрәңге боламыгы 120(109,8ккал)-140(128,1ккал) 3. Шикәрле чэй 150/5(20,8ккал)-180/6(24,1ккал) 4. Бодай ипи 20(47ккал)-30(70,5ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова