

Утверждаю
директор МБДОУ

«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

МЕНЮ

на «14» октября 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1. Каша «Ячневая» молочная с маслом сливочным 140/3(173,76ккал)/180/3(223,41ккал) 2. Кофейный напиток с молоком 180/6(90,54ккал)/ 180/6(90,54ккал) 3. Бутерброд (батон) с сыром и маслом сливочным 25/10/5(132,83ккал)/30/10/5(146,10ккал) 10:00 Яблоко 100 (47ккал)	Иртэнге аш 1. Ак май белән сөттә пешкән “Арпа” боткасы 140/3(173,76)/ 180/3(223,41) 2. Сөтлө кәһвә эчемлегә 180/6(90,54ккал)/ 180/6(90,54ккал) 3. Ак май, сыр белән киселгән күмәч 25/10/5(132,83ккал)/30/10/5(146,10ккал) 10:00 Алма 100(47ккал)
Обед 1. Суп картофельный с клецками на бульоне из курицы 150(86,55ккал)/180(120,8ккал). 2. Гуляш из отварной курицы 30/30(102,23ккал)/ 40/40(136,31ккал) 3. Каша перловая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным 110/2(112,94ккал)/130/2(137,68ккал) 4. Компот из свежих яблок 150(46,05)/180(55,26ккал) 5. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)/45(89,10ккал)	Төшке аш 1. Тавык шулпасында пешкән чумары белән бәрәңгә ашы 150(86,55ккал)/180(120,8ккал) 2. Кайнатылган тавык итеннән гуляш 30/30(102,23ккал)/ 40/40(136,31ккал) 3. Яшелчәләр белән пешкән арпа боткасы 110/2(112,94ккал)/130/2(137,68ккал) 4. Алма суы 150(46,05)/180(55,26ккал) 5. Арыш ипие 35(69,3ккал)/45(89,10ккал)
Полдник 1. Кефир 150(75ккал)/180(90ккал) 2. Пряник 20(128,1ккал)	Төштән соңгы аш 1. Кефир 150(75ккал)/180(90ккал) 2. Пряник 20(128,1ккал)
Ужин 1. Омлет натуральный 130(256,67ккал)/150(335,23ккал) 2. Чай с сахаром 150/5(20,08ккал)- 180/6(24,1ккал) 3. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/25(58,75ккал)	Кичке аш 1. Йомырка тәбәсе 130(256,67ккал)/150(335,23ккал) 2. Шикәрле чәй 150/5(20,08ккал)- 180/6(24,1ккал) 3. Бодай ипи 20(47ккал)/25(58,75ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова