

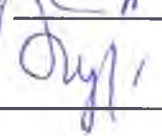
Утверждаю  
директор МБДОУ  
«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»  
Э.М.Гиниятуллина

**МЕНЮ**  
на «15» мая 2026г

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

|  |   |
|--|---|
| <p><b>Завтрак</b></p> <p>1. Каша «Рисовая» молочная с маслом сливочным 140/3(171,47ккал)-180/3(214,8ккал)</p> <p>2. Чай с сахаром и яблоком 170/6/10(28,7ккал)/180/6/10(28,7ккал)</p> <p>3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)- 30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Сок яблочный 200(84,8ккал)</p>  | <p><b>Иртэнге аш</b></p> <p>1. Ак май белэн сөтгэ пешкэн “Доге” боткасы 140/3(171,47ккал)-180/3(214,8ккал)</p> <p>2. Алма белэн шикэрле чэй 170/6/10(28,7ккал)/180/6/10(28,7ккал)</p> <p>3. Ак май белэн киселгэн күмэч 25/5(98,5ккал)-30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Алма согы 200(84,8ккал)</p>  |
| <p><b>Обед</b></p> <p>Салат из зеленого горошка 30(25,08ккал)-50(41,8ккал)</p> <p>1. Суп картофельный с пшённой крупой на курином бульоне 150(42,88ккал)-180(51,45ккал)</p> <p>2. Жаркое по-домашнему с птицей 150(177,15ккал)-200(236,2ккал)</p> <p>3. Компот из свежих фруктов 150(32,89ккал)-180(39,47ккал)</p> <p>4. Хлеб ржаной 35(69,23ккал)-45(89,19ккал)</p> <p>5. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/30(70,57ккал)</p> | <p><b>Төшке аш</b></p> <p>Яшелче борчак салаты 30(25,08ккал)-50(41,8ккал)</p> <p>1. Тавык итеннэн шулпасында пешкэн “Тары” ашы 150(42,88ккал)-180(51,45ккал)</p> <p>2. Яшелчэлэр белэн соуста томалап пешерелгэн тавык 150(177,15ккал)-200(236,2ккал)</p> <p>3. Тэзе жимеш компоты 150(32,89ккал)-180(39,47ккал)</p> <p>4. Арыш ипие 35(69,23ккал)-45(89,19ккал)</p> <p>5. Бодай ипи 20(47ккал)/30(70,57ккал)</p> |
| <p><b>Полдник</b></p> <p>1. Кефир 150(75ккал)/180(90ккал)</p> <p>2. Печенье 20(83,4ккал)</p>   | <p><b>Төштэн сонгы аш</b></p> <p>1. Кефир 150(75ккал)/180(90ккал)</p> <p>2. Печенье 20(83,4ккал)</p>  |
| <p><b>Ужин</b></p> <p>1. Сырники творожные с повидлом 110/20(329,0ккал)/120/30(379,80ккал)</p> <p>2. Напиток из шиповника 150/5(26,15ккал)-180/6(31,38ккал)</p>  | <p><b>Кичке аш</b></p> <p>1. Повидло белэн эремчекле сырник 110/20(329,0ккал)/120/30(379,80ккал)</p> <p>2. Гөлжимеш суы 150/5(26,15ккал)-180/6(31,38ккал)</p>   |

Старшая мед.сестра  Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар  Г.И.Нуретдинова

МЕНЮ  
15 мая 2026 г.  
Завтрак:

| Наименование<br>блюда                                   | Масса<br>Порции |              | Пищевые вещества |      |      |      |        |       | Энергетическая<br>ценность |        | Витамин |      |
|---|-----------------|--------------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|---------|------|
|   | ясли            | сад          | белки            |      | жиры |      | Угл-ды |       | Ккал                       |        | С       |      |
|   |                 |              | Я                | С    | Я    | С    | Я      | С     | ясли                       | сад    | ясли    | сад  |
| <i>Каша рисовая<br/>молочная с маслом<br/>сливочным</i> | 140/3           | 180/3        | 4,17             | 5,35 | 4,69 | 5,41 | 30,01  | 38,57 | 179,40                     | 225,00 | 0,67    | 0,86 |
| <i>Чай с сахаром, с<br/>яблоком</i>                     | 170/6/<br>10    | 180/6/<br>10 | 0,11             | 0,11 | 0,06 | 0,06 | 6,99   | 6,99  | 28,70                      | 28,70  | 1,03    | 1,03 |
| <i>Бутерброд с маслом<br/>сливочным</i>                 | 25/5            | 30/5         | 1,92             | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92  | 15,49 | 98,50                      | 111,68 |         |      |

2-ой Завтрак:

|                     |     |     |      |      |  |  |       |       |       |       |      |      |
|---------------------|-----|-----|------|------|--|--|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Сок яблочный</i> | 200 | 200 | 0,63 | 0,90 |  |  | 12,62 | 18,18 | 52,77 | 76,00 | 2,50 | 3,60 |
|---------------------|-----|-----|------|------|--|--|-------|-------|-------|-------|------|------|

Обед:

|   |     |     |       |       |      |       |       |       |        |        |      |      |
|---|-----|-----|-------|-------|------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Салат из зеленого<br/>горошка к/с</i>                            | 30  | 50  | 0,89  | 1,49  | 1,55 | 2,59  | 1,88  | 3,13  | 25,08  | 41,80  |      |      |
| <i>Суп картофельный с<br/>пшённой крупой на<br/>курином бульоне</i> | 150 | 180 | 0,98  | 1,18  | 1,36 | 1,36  | 6,06  | 7,27  | 42,88  | 51,45  | 4,13 | 4,95 |
| <i>Жаркое по-домашнему<br/>из отварной птицы</i>                    | 150 | 200 | 11,75 | 15,67 | 7,98 | 10,64 | 14,70 | 19,60 | 177,15 | 236,20 | 0,54 | 0,72 |
| <i>Компот из свежих<br/>фруктов</i>                                 | 150 | 180 | 0,17  | 0,20  | 0,09 | 0,11  | 7,44  | 8,93  | 32,89  | 39,47  |      |      |
| <i>Хлеб пшеничный</i>   | 20  | 30  | 1,52  | 2,28  | 0,16 | 0,24  | 9,84  | 14,77 | 47,00  | 70,57  | 0,00 | 0,00 |
| <i>Хлеб ржаной</i>  | 35  | 45  | 2,31  | 2,97  | 0,42 | 0,54  | 13,85 | 17,84 | 69,23  | 89,19  |      |      |

Полдник:

|  |     |     |      |      |      |      |      |      |       |       |      |       |
|--|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|-------|
| <i>Кисломолочный<br/>напиток(кефир)</i>  | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 91,80 | 0,45 | 0,54  |
| <i>Кондитерское<br/>изделие(печенье)</i> | 20  | 20  | 1,28 | 1,28 | 3,36 | 3,36 | 13,7 | 13,7 | 90,2  | 90,2  | 0,00 | 0,010 |

Ужин:

|  |        |        |       |       |       |       |       |       |        |        |           |       |
|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-----------|-------|
| <i>Сырники из творога с<br/>повидлом</i> | 110/20 | 120/30 | 18,90 | 22,66 | 14,54 | 17,45 | 31,68 | 34,00 | 329,00 | 379,80 | 0,46      | 0,46  |
| <i>Напиток из<br/>шиповника</i>          | 150/5  | 180/6  | 0,50  | 0,61  | 0,20  | 0,25  | 5,57  | 6,68  | 26,15  | 31,38  | 75,0<br>0 | 90,00 |