

Утверждаю
директор МБДОУ

д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

М.П. _____
на «25» _____ 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с «Планета детства»

Завтрак

1. Каша «Полбяная» молочная с маслом сливочным 140/3(162)/180/3(202,64ккал)
2. Какао с молоком 180/6(58,83ккал)
3. Бутерброд (батон) с сыром, маслом сливочным 25/10/5(132,83)/30/10/5(146,10ккал)

10:00 Сок яблочно-грушевый
125(52,77)/180(76,0ккал)

Обед

- Салат из картофеля с солёными огурцами
40(44,56)/60(66,84ккал)
1. Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной 150/7(73,59)/180/7(87,64ккал)
 2. Тефтели куриные в сметанно-томатном соусе 40/20(90)/50/25(112,5ккал)
 3. Макароны отварные с маслом сливочным 110/3(134,38)/130/3(155,22ккал)
 4. Компот из свежих яблок 150(46,05)/180(55,26ккал)
 5. Хлеб ржаной 35(69,3)/45(89,10ккал)
 6. Хлеб пшеничный 20(47)/25(58,75ккал)

Полдник

1. Молоко кипячёное 150(85ккал)/180(96,3)
2. Печенье 20 (90,20ккал)

Ужин

1. Запеканка творожная с повидлом 100/30(345,5)/120/30(418,50ккал)
2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)

Иртэнге аш

белән сөттә пешкән “Борай”
140/3(162)/180/3(202,64ккал)
кашу эчемлеге 180/6(58,83ккал)
май белән киселгән күмәч
25(52,77)/30/10/5(146,10ккал)

я, груша согы
125(52,77)/180(76,0ккал)

Төшке аш

р белән бәрэнге салаты
40(44,56)/60(66,84ккал)
шулпасында пешкән “Борщ”
150/7(73,59)/180/7(87,64ккал)
ы-томат соусында тавык тефтел
40/20(90)/50/25(112,5ккал)
елән пешкән макарон
110/3(134,38)/130/3(155,22ккал)
150(46,05)/180(55,26ккал)
ие 35(69,3)/45(89,10ккал)
и 20(47)/25(58,75ккал)

Төштән соңгы аш

сөт 150(80,25ккал)-
кал)
20(90,20ккал)

Кичке аш

белән эремчекле запеканкасы
100/30(345,5)/120/30(418,50ккал)
елән шикәрле чәй
150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)

Старшая мед.сестра _____

Шеф-повар _____

Н.А.Фасхутдинова

Г.И.Нуретдинова