

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

**МЕНЮ**  
 на «01» июля 2026г

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

<p style="text-align: center;"><b>Завтрак</b></p> <p>1. Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным 140/3(155,56ккал)/180/3(215,85ккал)</p> <p>2. Чай с молоком и сахаром 180/6(75,76ккал)</p> <p>3. Бутерброд (батон) с сыром и маслом сливочным 25/5/5(115,67ккал)/30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Апельсин 100(47ккал)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Иртэнге аш</b></p> <p>1. Ак май белән сөттә пешкән “Дуслык” боткасы 140/3(155,56ккал)/180/3(215,85ккал)</p> <p>2. Сөтле белән шикәрле чэй 180/6(75,76ккал)</p> <p>3. Сыр белән ак май киселгән күмәч 25/5/5(115,67ккал)/30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Эфлисун 100(47ккал)</p>
<p style="text-align: center;"><b>Обед</b></p> <p>Салат из припущенной моркови с изюмом 40(25,68)/60(38,52)</p> <p>1. Рассольник «Ленинградский» со сметаной 150/6(174,07) 180/7(198,54ккал)</p> <p>2. Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным 50/2(123,2ккал)/70/2(167,2ккал)</p> <p>3. Гороховое пюре 110(163,9ккал)/130(196,94ккал)</p> <p>4. Напиток из смеси сухофруктов 150(60ккал)/180(72ккал)</p> <p>5. Хлеб ржаной 35(69,23ккал)/ 45(89,19ккал)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Төшке аш</b></p> <p>Изюм белән пешкән кишер салаты 40(25,68)/60(38,52)</p> <p>1. Каймаклы шулпасында пешкән “Ленинградский” ашы 150/6(174,07)/180/7(198,54ккал)</p> <p>2. Ак май белән тавык итеннән кәтлите 50/2(123,2ккал)/70/2(167,2ккал)</p> <p>3. Борчак боламыгы 110(163,9ккал)/130(196,94ккал)</p> <p>4. Кипкән жимеш суы 150(60ккал)/180(72ккал)</p> <p>5. Арыш ипие 35(69,23ккал)/ 45(89,19ккал)</p>
<p style="text-align: center;"><b>Полдник</b></p> <p>1. Катык 150(85ккал)/180(96,3)</p> <p>2. Сдоба обыкновенная 25(71ккал)/50(141ккал)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Төштән соңгы аш</b></p> <p>1. Катык 150(85ккал)/180(96,3)</p> <p>2. Ак күмеч 25(71ккал)/50(141ккал)</p>
<p style="text-align: center;"><b>Ужин</b></p> <p>1. Запеканка творожная с молоком сгущеным 110/20(353,4ккал)/130/20(408,2ккал)</p> <p>2. Чай с сахаром 150/5(20,08ккал)/180/6(24,1ккал)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Кичкә аш</b></p> <p>1. Куертылган сөт белән эремчекле запеканкасы 110/20(353,4ккал)/130/20(408,2ккал)</p> <p>2. Шикәрле чэй 150/5(20,08ккал)/180/6(24,1ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова



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

МЕНЮ  
01 июля 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 «Дружба» молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,24	5,34	4,92	8,40	23,38	29,46	155,56	215,85	0,60	0,86
Чай с молоком, сахаром	180/6	180/6	3,03	3,03	2,40	2,40	10,48	10,48	75,76	75,76	1,38	1,38
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	30/5/5	2,53	3,61	5,69	5,83	12,92	15,49	115,67	128,77	0,07	0,07

2-ой Завтрак:

Фрукты свежие(апельсин)	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,0 0	10,00
----------------------------	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	-----------	-------

Обед:

Салат из припущенной моркови с изюмом	40	60	0,59	0,88	0,04	0,06	5,73	8,6	25,68	38,52		
Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной	150/6	180/7	1,37	2,99	3,95	8,01	7,40	25,60	74,07	198,54	5,05	6,11
Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным	50/2	70/2	8,70	12,17	6,20	8,10	8,10	11,32	123,20	167,20	0,45	0,63
Гороховое пюре	110	130	9,96	11,79	2,48	2,96	25,64	30,29	163,9	196,94		
Напиток из сухофруктов	150	180	0,50	0,60	0,07	0,08	14,00	16,81	60	72	0,54	0,65
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19	0	0

Полдник:

Кисломолочный напиток (катык)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,45
Сдоба обыкновенная	25	50	1,94	3,88	1,18	2,36	13,07	26,15	71	141	0	0

Ужин:

Омлет натуральный	130	150	12,08	13,94	21,52	24,83	2,29	2,64	251,03	289,66	0,25	0,28
Напиток из шиповника	150/5	180/6	0,51	0,61	0,21	0,25	5,57	6,68	26,15	31,38	36,60	43,92
Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,66	0,16	0,28	9,84	17,22	47,00	82,25	0,00	0,00