

Утверждаю  
директор МБДОУ



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

## МЕНЮ

на «04» декабря 2024г

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

|   |  |
|---|--|
| <p><b>Завтрак</b></p> <p>1. Каша «Манная» молочная с маслом сливочным 140/3(149,26ккал)/180/5(199,50ккал)<br/>2. Какао с молоком 180/6(58,83ккал)<br/>3. Бутерброд (батон) маслом сливочным 25/5(98,5ккал)/30/5(111,60ккал)</p> <p>10:00 Сок яблочно-грушевый 125(68ккал)180(94,4ккал)</p>  | <p><b>Иртэнге аш</b></p> <p>1. Ак май белэн сөттэ пешкэн «Манний» боткасы 140/3(149,26ккал)/180/5(199,50ккал)<br/>2. Сөтле какау эчемлеге 180/6(58,83ккал)<br/>3. Ак май белэн киселгэн күмэч 25/5(98,5ккал)/30/5(111,60ккал)</p> <p>10:00 Алма, груша согы 125(68ккал)/180(94,4ккал)</p>  |
| <p><b>Обед</b></p> <p>Салат из моркови с яблоками 40(15,96 ккал)/60 (24,24ккал)<br/>1. Щи со свежей капустой, картофелем, со сметаной 150/11/5(84,46ккал)/180/11/7(104,59ккал).<br/>2. Биточки «Домашние» 50(161ккал)/70(225,40ккал)<br/>3. Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01ккал)<br/>4. Компот из сухофруктов 150(73,33ккал) 180(87,5ккал)<br/>5. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)/45(89,10ккал)<br/>С: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)</p> | <p><b>Төшкө аш</b></p> <p>Алма белэн кишер салаты 40(15,96ккал)/60(24,24ккал)<br/>1. Яшелчә шулпасында пешкэн «Кэбәсте» ашы 150/11/5(84,46ккал)/180/11/7(104,59ккал)<br/>2. Тавык итеннән өй битләр 50(161ккал)/70(225,40ккал)<br/>3. Ак май белэн пешкэн дөгө боткасы 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01ккал)<br/>4. Кипкән жимеш суы 150(73,33ккал) 180(87,5ккал)<br/>5. Арыш ипие 35(69,3ккал)/45(89,10ккал)<br/>С: Бодай ипи 25(58,75ккал)</p> |
| <p><b>Полдник</b></p> <p>1. Молоко кипячёное 150(80,25ккал)/180(96,30ккал)<br/>2. Печенье 20 (90,20ккал)</p>  | <p><b>Төштөн соңгы аш</b></p> <p>1. Кайнаган сөт 150(80,25ккал)/180(96,30ккал)<br/>2. Печенье 20(90,20ккал)</p>  |
| <p><b>Ужин</b></p> <p>1. Омлет натуральный 130(256,67ккал)/150(335,23ккал)<br/>2. Чай с сахаром 150/5(20,08ккал)/180/6(24,10ккал)<br/>3. Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)/30(70,5ккал)</p>  | <p><b>Кичке аш</b></p> <p>1. Йомырка тэбәсе 130(256,67ккал)/150(335,23ккал)<br/>2. Шикәрле чэй 150/5(20,08ккал)/180/6(24,1ккал)<br/>3. Бодай ипи 25(58,75ккал)/30(70,5ккал)</p>  |

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова