

Утверждаю
директор МБДОУ

«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

МЕНЮ

на «06» марта 2026г

МБДОУ «ЦРР- д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</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>Иртэнге аш</p> <p>1. Ак май белэн сөттө пешкэн “Доге” боткасы 140/3(171,47ккал)-180/3(214,8ккал)</p> <p>2. Алма белэн шикәрле чэй 170/6/10(28,7ккал)/180/6/10(28,7ккал)</p> <p>3. Ак май белэн киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)-30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Алма согы 200(84,8ккал)</p>
<p>Обед</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>Төшке аш</p> <p>Яшелче борчак салаты 30(25,08ккал)-50(41,8ккал)</p> <p>1. Тавык итеннән шулпасында пешкән “Тары” ашы 150(42,88ккал)-180(51,45ккал)</p> <p>2. Яшелчэләр белән соуста томалап пешерелгән тавык 150(177,15ккал)-200(236,2ккал)</p> <p>3. Тәзе жимеш компоты 150(32,89ккал)-180(39,47ккал)</p> <p>4. Арыш ипи 35(69,23ккал)-45(89,19ккал)</p> <p>5. Бодай ипи 20(47ккал)/30(70,57ккал)</p>
<p>Полдник</p> <p>1. Кефир 150(75ккал)/180(90ккал)</p> <p>2. Пряник 20(128,1ккал)</p>	<p>Төштән соңгы аш</p> <p>1. Кефир 150(75ккал)/180(90ккал)</p> <p>2. Пряник 20(128,1ккал)</p>
<p>Ужин</p> <p>1. Сырники творожные с повидлом 110/20(334,0ккал)/120/30(390,40ккал)</p> <p>2. Напиток из шиповника 150/5(26,15ккал)-180/6(31,38ккал)</p>	<p>Кичке аш</p> <p>1. Повидло белән эремчекле сырник 110/20(334,0ккал)/120/30(390,40ккал)</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