

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

МЕНЮ

на «06» декабря 2024г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</p> <p>1. Каша «Геркулесовая» молочная с маслом сливочным 140/3(185,66ккал)-180/5(251,91ккал)</p> <p>2. Кофейный напиток с молоком 180(42,67ккал)</p> <p>3. Бутерброд (батон) с сыром и маслом сливочным 25/5/5(115,67ккал)-30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Сок яблочно-грушевый 125(68ккал)-180(94,40ккал)</p>	<p>Иргэнге аш</p> <p>1. Ак май белэн сөттө пешкэн “Солы” боткасы 140/3(185,66ккал)-180/5(251,91ккал)</p> <p>2. Сөтле кәһвә эчемлеге 180(42,67ккал)</p> <p>3. Сыр белэн ак май киселгән күмәч 25/5/5(115,67ккал)-30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Алма, груша согы 125(68ккал)-180(94,40ккал)</p>
<p>Обед</p> <p>Салат из свёклы отварной с растительным маслом 40(37,56ккал)-60(56,34ккал)</p> <p>1. Суп «Рассольник Ленинградский» с куриными фрикадельками, со сметаной 150/10/5(88,9ккал)-180/10/7 (103,39ккал)</p> <p>2. Котлеты рыбные с маслом сливочным 50/2(102,2)-70/3(144,36ккал)</p> <p>3. Макароны изделия отварные с овощами 110(138,16ккал)-130(163,28ккал)</p> <p>4. Кисель 150(62,7ккал)-180(75,24ккал)</p> <p>5. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)-45(89,10ккал)</p> <p>6. С:Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)</p>	<p>Төшке аш</p> <p>Май белэн чөгөндөр салаты 40(37,56ккал)/60(56,34ккал)</p> <p>1. Тавык фрикаделькасы шулпасында пешкән “Рассольник” ашы 150/10/6(88,9ккал)-180/10/7 (103,39ккал)</p> <p>2. Ак май белэн балык итеннән кәтлите 50/2(102,2ккал)-70/3(144,36ккал)</p> <p>3. Яшелчә белән макарон пешкән 110(138,16ккал)- 130(163,28ккал)</p> <p>4. Алма суы 150(62,7ккал)- 180(75,24ккал)</p> <p>5. Арыш ипи 35(69,3ккал)-45(89,10ккал)</p> <p>6. С:Бодай ипи 25(58,75ккал).</p>
<p>Полдник</p> <p>1. Молоко кипячёное 150(80,25ккал)-180(96,30ккал)</p> <p>2. Печенье 20 (90,20ккал)</p>	<p>Төштән соңгы аш</p> <p>1. Кайнаган сөт 150(80,25ккал)-180(96,30ккал)</p> <p>2. Печенье 20(90,20ккал)</p>
<p>Ужин</p> <p>1. Каша вязкая гречневая с мясом и овощами 150(201,38ккал)-200(268,5ккал)</p> <p>2. Напиток из шиповника 150/5(52,5ккал)-180/6(79,38ккал)</p> <p>3.Хлеб пшеничный 20(47ккал)-30(70,5ккал)</p>	<p>Кичке аш</p> <p>1. Сыер итеннән белән кара бодай боткасы 150(201,38ккал)-200(268,5ккал)</p> <p>2. Гөлжимеш суы 150(52,5ккал)-180(79,38ккал)</p> <p>3. Бодай ипи 20(47ккал)-30(70,5ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова