

Утверждаю
директор МБДОУ



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

МЕНЮ

на «09» января 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</p> <p>1. Каша «Пшеничная» молочная с маслом сливочным 140/3(191,96ккал)-180/3(241,16ккал)</p> <p>2. Чай с молоком и сахаром 170/6(68,66ккал)- 180/6(72,70ккал)</p> <p>3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)-30/5(111,6ккал)</p> <p>10:00 Яблоко 100(47ккал)</p>	<p>Иртэнге аш</p> <p>1. Ак май белэн сөтгә пешкән “Бодай” боткасы 140/3(191,96ккал)/180/3(241,16ккал)</p> <p>2. Сөтле белэн шикәрле чэй 170/6(68,66ккал)-180/6(72,70 ккал)</p> <p>3. Ак май белэн киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)-30/5(111,6ккал)</p> <p>10:00 Алма 100(47ккал)</p>
<p>Обед</p> <p>Салат из свежей капусты с морковью 40(34,96ккал)/60(53,88ккал)</p> <p>1. Суп «Лапша домашняя» на курином бульоне с мясом птицы 150/10(95,65ккал)/180/10(114,78ккал).</p> <p>2. Жаркое из птицы по-домашнему 150(252,86ккал)/180(303,43ккал)</p> <p>3. Напиток из смеси сухофруктов 150(99,6ккал)/180(119,52ккал)</p> <p>4. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)-45(89,10ккал)</p> <p>5. С: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)</p>	<p>Төшке аш</p> <p>Кишер белэн кәбәсте салаты 40(34,96ккал)/60(53,88ккал)</p> <p>1. Тавык итеннән белән тавык шулпасында пешкән “Токмач” ашы 150/10(95,65ккал)-180/10(114,78ккал)</p> <p>2. Тавык итеннән белән томалап пешерелгән бәрэнге 150(252,86ккал)-180(303,43ккал)</p> <p>3. Кипкән жимеш суы 150(99,6ккал)-180(119,52ккал)</p> <p>4. Арыш ипие 35(69,3ккал)-45(89,10ккал)</p> <p>5. Бодай ипи 25(58,75ккал)</p>
<p>Полдник</p> <p>1. Ряженка 150(55,5ккал)-180(91,8ккал)</p> <p>2. Печенье 20 (90,20ккал)</p>	<p>Төштән соңгы аш</p> <p>1. Ряженка 150(55,5ккал)-180(91,8ккал)</p> <p>2. Печенье 20(90,20ккал)</p>
<p>Ужин</p> <p>1. Ватрушка с творогом 75(310,72ккал)/90(402,05ккал)</p> <p>2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)</p>	<p>Кичке аш</p> <p>1. Эремчекле белән ватрушка 75(310,72ккал)- 90(402,05ккал)</p> <p>2. Лимон белән шикәрле чэй 150/5/5(21,78ккал)-180/6/7(26,48 ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова