

Утверждаю  
директор МБДОУ

«ЦРР-д/с №2

«Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

МЕНЮ:

на «09» декабря 2024г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак	Иртэнге аш
<p>1. Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным 140/3(155,56ккал)-180/5(207,6ккал)</p> <p>2. Кофейный напиток с молоком и сахаром 180/6(90,54ккал)</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>1. Ак май белән сөтгә пешкән “Дуслык” боткасы 140/3(155,56ккал)-180/5(207,6ккал)</p> <p>2. Сөтле кәһвә эчемлеге 180/6(90,54ккал)</p> <p>3. Ак май белән киселгән күмәч 25/5(98.5ккал)-30/5(111,6ккал)</p> <p>10:00 Алма 100(47ккал)</p>
Обед	Төшке аш
<p>Салат из моркови с сахаром 40(20,92ккал)/60(31,38ккал)</p> <p>1. Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками 150/10(90,56ккал)-180/15(114,56ккал).</p> <p>2. Котлеты рубленные из говядины 50(150,76ккал)-70(211,06ккал)</p> <p>3. Каша ячневая вязкая с маслом сливочным 110/2(115,7ккал)-130/3(137,73ккал)</p> <p>4. Напиток из смеси с/ф 150(57ккал)-180(68,18ккал)</p> <p>5. Хлеб ржаной 35(69,23ккал)-45(89,1ккал)</p> <p>6. Хлеб пшеничный 15(35ккал)-25(58,75ккал)</p>	<p>Шикәр белән кишер салаты 40(20,92ккал)/60(31,38ккал)</p> <p>1. Итлә итеннән фрикаделькасы шулпасында пешкән вермишель ашы 150/10(90,56ккал)-180/15(114,56ккал)</p> <p>2. Ит итеннән кәтлите 50(150,76ккал)-70(211,06ккал)</p> <p>3. Ак май белән пешкән арпа боткасы 110/2(115,7ккал)-130/3(137,73ккал)</p> <p>4. Кипкән жимеш суы 150(57ккал)-180(68,18ккал)</p> <p>5. Арыш ипие 35(69,23ккал)-45(89,1ккал)</p> <p>6. Бодай ипи 15(35ккал)-25(58,75ккал)</p>
Полдник	Төштән соңгы аш
<p>1. Катык 150(75ккал)-180(90ккал)</p> <p>2. Вафли 20(90,2ккал)</p>	<p>1. Катык 150(75ккал)-180(90ккал)</p> <p>2. Вафли 20(90,2ккал)</p>
Ужин	Кичке аш
<p>1. Котлеты рыбные 50(89ккал)-70(124,6ккал)</p> <p>2. Пюре картофельное 120(109,8ккал)-140(128,1ккал)</p> <p>3. Чай с сахаром 150/5(20,8ккал)-180/6(24,1ккал)</p> <p>4. Хлеб пшеничный 20(47ккал)-30(70,5ккал)</p>	<p>1. Балык итеннән кәтлите 50(89ккал)-70(124,6ккал)</p> <p>2. Бәрэнге боламыгы 120(109,8ккал)-140(128,1ккал)</p> <p>3. Шикәрле чэй 150/5(20,8ккал)-180/6(24,1ккал)</p> <p>4. Бодай ипи 20(47ккал)-30(70,5ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова