

Утверждаю
директор МБДОУ

«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

МЕНЮ

на «10» октября 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1. Суп молочный с вермишелью 180(108ккал)/200(120ккал) 2. Какао с молоком 150/5(48,86ккал)/ 180/6(106,74ккал) 3. Бутерброд (батон) с сыром, маслом сливочным 25/10/5(132,83ккал) 30/10/5(146,10ккал) 10:00 Яблоко 100 (47ккал)	Иртэнге аш 1. Вермишель белән сөт шулпасында 180(108ккал)/200(120ккал) 2. Сөтле какао эчемлеге 150/5(88,95ккал)/ 180/6(106,74ккал) 3. Сыр, ак май белән киселгән күмәч 25/10/5(132,83ккал) 30/10/5(146,10ккал) 10:00 Алма 100(47ккал)
Обед Винегрет овощной 40(50,04ккал)- 60(75,06ккал) 1.Суп из овощей с мясными фрикадельками, со сметаной 150/10/5(84,86ккал)/ 180/10/7(106,12ккал) 2. Котлеты рубленные из говядины 50(150,76ккал)/70(211,06ккал) 3. Каша гречневая рассыпчатая с овощами,с маслом сливочным 110/2(116,6ккал)/130/2(141,96) 4. Компот из свежих яблок 150(46,05ккал)/180(55,26ккал) 5. Хлеб ржаной 40(79,2ккал)/45(89,10ккал) 6. с: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)	Төшке аш Яшелчә винегрет 40(50,04ккал) 60(75,06ккал) 1. Каймак белән, ит фрикаделькасы белән, яшелчә шулпасында 150/10/5(84,86ккал)/180/10/7(106,12ккал) 2. Итеннән кәтлите 50(150,76ккал)/ 70(211,06ккал) 3. Ак май, яшелчәләр белән карабодай боткасы 110/2(116,6ккал)/130/2(141,96)) 4. Алма суы 180(55,26ккал)/150(46,05) 5. Арыш ипие 40(79,2ккал)/45(89,10ккал) 6. С:Бодай ипи 25(58,75ккал)
Полдник 1. Катык 150(76ккал)/180(91,8ккал) 2. Мармелад 10(83ккал)	Төштән соңгы аш 1. Катык 150(76ккал)/180(91,8ккал) 2. Мармелад 10(83ккал)
Ужин 1. Элеш с птицей 100(245ккал) 2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/ 180/6/7(26,48ккал)	Кичке аш 1. Тавык белән элеш 100(245ккал) 2. Лимон белән шикәрле чәй 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова