

Утверждаю
и.о.директора МБДОУ
«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»
Г.С.Исаева

МЕНЮ

на «10» августа 2026г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1. Каша «Пшеничная» молочная с маслом сливочным 140/3(191,96ккал)/180/3(241,16ккал) 2. Какао с молоком 180/6(90,78ккал) 3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)/30/5(111,68ккал) 10:00 Сок яблочно-грушевый 200(84,8ккал)	Иртэнге аш 1. Ак май белэн сөттө пешкэн “Бодай” боткасы 140/3(191,96ккал)/180/3(241,16ккал) 2. Сөтле какау эчемлеге 180/6(90,78ккал) 3. Ак май белэн киселгэн күмач 25/5(98,5ккал)/30/5(111,68ккал) 10:00 Алма, груша согы 200(84,8ккал)
Обед Огурцы свежие порционно 30(3,6)/50(6,0) 1. Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной 150/5(70,31ккал)/180/7(85,97ккал) 2. Гуляш из отварной говядины 30/30(132,6ккал)-40/40(176,8ккал) 3. Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 110/2(170,14ккал)/130/3(205,27ккал) 4. Кисель 150(46,05)/180(55,26ккал) 5. Хлеб ржаной 35(69,23)/45(89,19ккал) 6. Хлеб пшеничный 25(58,75)/35(82,25ккал)	Төшке аш Кыяр 30(3,6)/50(6,0) 1. Соякле ит, каймаклы яшелчэ шулпасында пешкэн “Борщ” ашы 150/5(70,31ккал)/180/7(85,97ккал) 2. Итеннэн гуляш 30/30(132,6ккал)-40/40(176,8ккал) 3. Ак май белэн кара бодай боткасы 110/2(170,14ккал)/130/3(205,27ккал) 4. Кесэл 150(46,05)/180(55,26ккал) 5. Арыш ипие 35(69,23)/45(89,19ккал) 6. Бодай ипи 25(58,75)/35(82,25ккал)
Полдник 1. Ряженка 150(76ккал)/180(92ккал) 2. Вафли 20(108,5ккал)	Төштөн соңгы аш 1. Ряженка 150(76ккал)/180(92ккал) 2. Вафли 20(108,5ккал)
Ужин 1. Ватрушка королевская 130(350,13ккал)/150(404ккал) 2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)	Кичке аш 1. Патшаларча эремчекле шэнгэ 130(350,13ккал)/150(404ккал) 2. Лимон белэн шикәрле чэй 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)

Старшая мед.сестра  **Н.А.Фасхутдинова**

Повар  **А.Р.Фаракшина**

МЕНЮ
11 августа 2026 г.

Завтрак:

Наименование блюд	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамины	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			Я	С	Я	С	Я	С	ясли	сад	ясли	сад
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	6,02	7,73	4,84	5,60	30,97	39,81	191,96	241,16	0,67	0,86
Какао с молоком	180/6	180/6	3,67	3,67	3,19	3,19	10,87	10,87	90,78	90,78	1,43	1,43
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68		

2-ой Завтрак:

Сок яблочно-грушевый	200	200	1,0	1,0	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,0	4,0
----------------------	-----	-----	-----	-----	------	------	-------	-------	-------	-------	-----	-----

Обед:

Огурцы свежие порционно	30	50	0,21	0,35	0,03	0,05	0,57	0,95	3,6	6,0	1,47	2,45
Борщ со свежей капустой, с картофе- лем на мясном бульоне, со сметаной	150/5	180/7	1,26	1,48	3,70	4,59	6,74	8,12	70,31	85,97	6,43	7,71
Гуляш из отварной говядины	30/30	40/40	8,73	11,64	10,07	13,43	1,73	2,31	132,60	176,80	0,56	0,74
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110/2	130/3	6,45	7,62	3,13	4,16	29,16	34,47	170,14	205,27	0	0
Кисель				0,54								
Хлеб пшеничный	150	180	0,45	2,66	0,08	0,09	13,50	16,18	62,70	75,24	0,83	0,99
	25	35	1,90	2,66	0,20	0,28	12,30	17,22	58,75	82,25	0,00	0,00
Хлеб ржаной				2,97								
	35	45	2,31		0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		

Полдник:

Кисломолочный напиток(ряженка)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,45
Кондитерское изделие(вафли)	20	20	0,75	0,75	6,10	6,10	12,50	12,50	108,50	108,50	0	0

Ужин:

Королевская ватрушка	100/30	120/30	15,98	18,44	9,50	10,96	50,58	58,36	350,13	404,00		
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	0,10	0,13	0,2	0,03	5,18	6,23	21,78	26,48	2,24	2,83