



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

МЕНЮ

на «12» декабря 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1. Каша «Рисовая» молочная с маслом сливочным 140/3(171,47ккал)-180/3(214,8ккал) 2. Чай с сахаром и яблоком 170/6/10(28,7ккал)/180/6/10(28,7ккал) 3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)- 30/5(111,68ккал) 10:00 Сок яблочный 200(84,8ккал)	Иртэнге аш 1. Ак май белән сөттә пешкән “Дөгә” боткасы 140/3(171,47ккал)-180/3(214,8ккал) 2. Алма белән шикәрле чәй 170/6/10(28,7ккал)/180/6/10(28,7ккал) 3. Ак май белән киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)- 30/5(111,68ккал) 10:00 Алма согы 200(84,8ккал)
Обед Салат из зеленого горошка 30(25,08ккал)-50(41,8ккал) 1. Суп картофельный с пшёнкой на курином бульоне 150(42,88ккал)-180(51,45ккал) 2. Жаркое по-домашнему с птицей 150(177,15ккал)-200(236,2ккал) 3. Компот из свежих фруктов 150(32,89ккал)-180(39,47ккал) 4. Хлеб ржаной 35(69,23ккал)-45(89,19ккал) 5. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/30(70,57ккал)	Төшке аш Яшелче борчак салаты 30(25,08ккал)-50(41,8ккал) 1. Тавык итеннән шулпасында пешкән “Тары” ашы 150(42,88ккал)-180(51,45ккал) 2. Яшелчәләр белән соуста томалап пешерелгән тавык 150(177,15ккал)-200(236,2ккал) 3. Тәзе жимеш компоты 150(32,89ккал)-180(39,47ккал) 4. Арыш ипие 35(69,23ккал)-45(89,19ккал) 5. Бодай ипи 20(47ккал)/30(70,57ккал)
Полдник 1. Кефир 150(83ккал)-180(90ккал) 2. Печенье 20(83,4ккал)	Төштән соңгы аш 1. Кефир 150(83ккал)-180(90ккал) 2. Печенье 20(83,4ккал)
Ужин 1. Сырники творожные с повидлом 110/20(334,0ккал)/120/30(390,40ккал) 2. Напиток из шиповника 150/5(26,15ккал)-180/6(31,38ккал)	Кичке аш 1. Повидло белән эремчекле сырник 110/20(334,0ккал)/120/30(390,40ккал) 2. Гөлжимеш суы 150/5(26,15ккал)-180/6(31,38ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова