

Утверждаю
директор МБДОУ

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

МЕНЮ

на «13» января 2025г

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 Сок яблочный 125(68ккал)180(94,4ккал)</p> | <p>1. Ак май белэн сөттә 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 белэн киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)-30/5(111,6ккал)</p> <p>10:00 Алма согы 125(68ккал)/180(94,4ккал)</p> |
| Обед | Төшке аш |
| <p>1. Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками 150/10(90,56ккал)-180/15(114,56ккал).</p> <p>2. Котлеты рубленые 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>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 белэн 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. Бәрәңге 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