

Утверждаю  
директор МБДОУ

«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

## МЕНЮ

на «14» февраля 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<b>Завтрак</b>	<b>Иртэнге аш</b>
<p>1. Суп молочный с геркулесовой крупой 180(64,08ккал)/200(71,20ккал)</p> <p>2. Какао с молоком 150/5(48,86ккал)/ 180/6(106,74ккал)</p> <p>3. Бутерброд (батон) с сыром, маслом сливочным 25/5/5(115,67ккал) 30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Яблоко 100 (47ккал)</p>	<p>1. Ак май белэн сөттә пешкән “Солы” ашы 180(64,08ккал)/200(71,20ккал)</p> <p>2. Сөтле какау эчемлеге 150/5(88,95ккал)/ 180/6(106,74ккал)</p> <p>3. Сыр, ак май белэн киселгән күмәч 25/5/5(115,67ккал)/ 30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Алма 100 (47ккал)</p>
<b>Обед</b>	<b>Төшке аш</b>
<p>Винегрет овощной 40(50,04ккал)/60(75,06ккал)</p> <p>1. Рассольник домашний с куриными фрикадельками, со сметаной 150/11/5(97,4ккал)/ 180/11/5(111,14ккал)</p> <p>2. Котлеты рубленые из говядины 50(150,76ккал)/ 70(211,06ккал)</p> <p>3. Рис отварной рассыпчатый 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01)</p> <p>4. Кисель плодово-ягодный 150(62,7ккал)/180(111,24ккал)</p> <p>5. Хлеб ржаной 40(79,2ккал)/45(89,10ккал)</p> <p>6. с: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)</p>	<p>Яшелче винегрет 40(50,04ккал)/60(75,06ккал)</p> <p>1. Тавык фрикаделькасы, шулпасында пешкән “Рассольник” ашы 150/11/5(97,4ккал)/180/11/5(111,14ккал)</p> <p>2. Ит итеннән кәтлите 50(150,76ккал)- 70(211,06ккал)</p> <p>3. Ак май белэн пешкән дөгә боткасы 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01)</p> <p>4. Жиләк-жимеш кәсәл 150(62,7ккал)/180(111,24ккал)</p> <p>5. Арыш ипие 40(79,2ккал)/45(89,10ккал)</p> <p>5. Бодай ипи 25(58,75ккал)</p>
<b>Полдник</b>	<b>Төштән соңгы аш</b>
<p>1. Молоко кипяченое 150(80,25ккал)/180(96,3ккал)</p> <p>2. Печенье 20(90,20ккал)</p>	<p>1. Кайнаган сөт 150(80,25ккал)/180(96,30ккал)</p> <p>2. Печенье 20(90,20ккал)</p>
<b>Ужин</b>	<b>Кичке аш</b>
<p>1. Эчпочмак с говядиной 75(310,72ккал)/ 100(414,29ккал)</p> <p>2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/ 180/6/7(26,48ккал)</p>	<p>1. Итле эчпочмак 75(310,72ккал)/100(414,29ккал)</p> <p>2. Лимон белэн шикәрле чэй 150/5/5(21,78ккал)/ 180/6/7(26,48ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова