

Утверждаю
директор МБДОУ

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

МЕНЮ

на «15» января 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</p> <p>1. Каша «Кукурузная» молочная с маслом сливочным 180/5(274,16ккал)/140/4(213,96ккал)</p> <p>2. Чай с молоком и сахаром 180/6(72,70ккал)/ 170/6(68,66ккал)</p> <p>3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 30/5(111,60ккал)/ 25/5(98,5ккал)</p> <p>10:00 Яблоко 100(47ккал)</p>	<p>Иргэнге аш</p> <p>1. Ак май белэн сөтгэ пешкэн “Кукуруз” боткасы 180/5(274,16ккал)/ 140/4(213,96)</p> <p>2. Сөтле белэн шикэрле чэй 180/6(72,70 ккал)/ 170/6(68,66)</p> <p>3. Ак май белэн киселгэн күмэч 30/5(111,60ккал)/ 25/5(98,5)</p> <p>10:00 Алма 100(47ккал)</p>
<p>Обед</p> <p>Салат из свежей капусты с морковью 40(34,96ккал)/60(52,44ккал)</p> <p>1. Суп картофельный с горохом на бульоне из индейки 150(88,95ккал)/ 180(106,84ккал)</p> <p>2. Плов из отварной индейки 150(217,98ккал)/200(290,64ккал)</p> <p>3. Компот из урюка 150(44,85ккал)- 180(68,2ккал)</p> <p>4. Хлеб ржаной 45(89,10ккал)/ 35(69,3)</p> <p>5. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/20(47ккал)</p>	<p>Төшке аш</p> <p>Кишер белэн кэбэсте салаты 40(34,96ккал)/60(52,44ккал)</p> <p>1. Куркэ шулпасында пешкэн “Борчак” ашы 180(106,84кал)/ 150(88,95)</p> <p>2. Куркэ пылау 200(290,64ккал)/ 150(217,98)</p> <p>3. Кипкэн жимеш суы 150(44,85ккал)- 180(68,18ккал)</p> <p>4. Арыш ипие 45(89,10ккал)/ 35(69,3)</p> <p>5. Бодай ипи 20(47ккал)/20(47ккал)</p>
<p>Полдник</p> <p>1. Молоко кипяченое 180(96,30ккал)/ 150(80,25)</p> <p>2. Печенье 20 (90,20ккал)</p>	<p>Төштөн соңгы аш</p> <p>1. Кайнаган сөт 180(96,30ккал)/ 150(80,25)</p> <p>2. Печенье 20(90,20ккал)</p>
<p>Ужин</p> <p>1. Фрикадельки рыбные отварные 80(88ккал)/ 50(55)</p> <p>2. Картофель тушеный с овощами в соусе 140(201,60ккал)/ 120(172,8)</p> <p>3. Напиток из шиповника 180/6(79,38ккал)/ 150/5(52,5)</p> <p>4. Хлеб пшеничный 30(70,50ккал)/ 20(47)</p>	<p>Кичке аш</p> <p>1. Балык итеннэн фрикаделькасы 80(88ккал)/ 50(55)</p> <p>2. Соуста яшелчэлэр белэн томалап пешерелгэн бэрэнге 140(201,60ккал)/ 120(172,8)</p> <p>3. Гөлжимеш суы 180/6(79,38ккал)/ 150/5(52,5)</p> <p>4. Бодай ипи 30(70,50ккал)/ 20(47)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова