

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



МЕНЮ  
на «16» декабря 2025г

МБДОУ «ЦРР – д/с №2 «Планета детства»

<b>Завтрак</b> 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 125(52,77)/180(76,0ккал)	<b>Иртэнгэ аш</b> 1. Ак май белэн сөттэ пешкэн “Бодай” боткасы 140/3(191,96ккал)/180/3(241,16ккал) 2. Сөтле какау эчмелеге 180/6(90,78ккал) 3. Ак май белэн киселгэн күмэч 25/5(98,5ккал)/30/5(111,68ккал)  10:00 Алма, груша согы 125(52,77)/180(76,0ккал)
<b>Обед</b> Салат из моркови с сахаром 40(20,92ккал)/60(31,38ккал) 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)	<b>Төшкэ аш</b> Шикэр белэн кишерле салаты 40(20,92ккал)/60(31,38ккал) 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)
<b>Полдник</b> 1. Ряженка 150(76ккал)/180(92ккал) 2. Вафли 20(108,5ккал)	<b>Төштэн соңгы аш</b> 1. Ряженка 150(76ккал)/180(92ккал) 2. Вафли 20(108,5ккал)
<b>Ужин</b> 1. Ватрушка королевская 130(350,13ккал)/150(404ккал) 2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)	<b>Кичке аш</b> 1. Патшаларча эремчекле шэнгэ 130(350,13ккал)/150(404ккал) 2. Лимон белэн шикэрле чай 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова