

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

МЕНЮ
на «17» декабря 2024г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</p> <p>1. Каша «Кукурузная» молочная с маслом сливочным 140/3(207,36ккал)/180/5(274,16ккал) 2. Кофейный напиток с молоком 180/6(90,54ккал)/ 180/6(90,54ккал) 3. Бутерброд (батон) с сыром и маслом сливочным 25/5/5(115,67ккал)/30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Яблоко 100 (47ккал)</p>	<p>Иртэнге аш</p> <p>1. Ак май белэн сөттә пешкән “Кукуруз” боткасы 140/3(207,36ккал)/180/5(274,16ккал) 2. Сөтле кәһвә эчемлеге 180/6(90,54ккал)/ 180/6(90,54ккал) 3. Ак май, сыр белэн киселгән күмәч 25/5/5(115,67ккал)/30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Алма 100(47ккал)</p>
<p>Обед</p> <p>Салат из свёклы с растительным маслом 40(37,56ккал)/60(56,34ккал) 1. Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки 150(101,38ккал)/180(121,66ккал). 2. Гуляш из отварной индейки 30/30(124,17ккал)/ 40/40(165,56ккал) 3. Пюре картофельное 120(109,8ккал)/140(128,10) 4. Компот из свежих яблок 150(85,95ккал)/180(103,14ккал) 5. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)/45(89,10ккал) 6. С: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)</p>	<p>Төнше аш</p> <p>Чөгендер салаты 40(37,56ккал)/60(56,34ккал) 1. Куркә шулпасында пешкән чумары белән бәрэнге ашы 150/10(101,38ккал)/ 180(121,66ккал) 2. Кайнатылган куркә итенинән гуляш 30/30(124,17ккал)/40/40 (165,56ккал) 3. Бәрэнге боламыгы 120(109,8ккал)/140(128,1ккал) 4. Алма суы 150(85,95ккал)/180(103,14ккал) 5. Арыш ипи 35(69,3ккал)/45(89,10ккал) 6. С: Бодай ипи 25(58,75ккал)</p>
<p>Полдник</p> <p>1. Катык 150(75ккал)/180(90ккал) 2. Мармелад 10 (83ккал)</p>	<p>Төштән соңгы аш</p> <p>1. Катык 150(75ккал)/180(90ккал) 2. Мармелад 10(83ккал)</p>
<p>Ужин</p> <p>1. Расстегай с рыбой 100(220 ккал) 2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7 (26,48 ккал)</p>	<p>Кичке аш</p> <p>1. Балыктан перемеч 100 (220 ккал) 2. Лимон белән шикәрле чэй 150/5/5(21,78ккал) 180/6/7(26,48ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова