

Утверждаю  
директор МБДОУ

«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

## МЕНЮ

на «18» декабря 2024г

### МБДОУ «ЦРР- д/с №2 «Планета детства»

<b>Завтрак</b>	<b>Иртэнге аш</b>
1. Каша «Манная» молочная с маслом сливочным 140/3(149,26ккал)/180/5(199,50ккал) 2. Какао с молоком 180/6(58,83ккал) 3. Бутерброд (батон) маслом сливочным 25/5(98,5ккал)/30/5(111,60ккал)  10:00 Сок яблочно-грушевый 125(68ккал)180(94,4ккал)	1. Ак май белэн сөтгә пешкән “Манний” боткасы 140/3(149,26ккал)/180/5(199,50ккал) 2. Сөтле какау эчемлеге 180/6(58,83ккал) 3. Ак май белэн киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)/30/5(111,60ккал)  10:00 Алма, груша согы 125(68ккал)/180(94,4ккал)
<b>Обед</b>	<b>Төшке аш</b>
Салат из моркови с яблоками 40(15,96 ккал)/60 (24,24ккал) 1. Щи со свежей капустой, картофелем, со сметаной 150/11/5(84,46ккал)/180/11/7(104,59ккал). 2. Биточки «Домашние» 50(161ккал)/70(225,40ккал) 3. Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01ккал) 4. Компот из сухофруктов 150(73,33ккал) 180(87,5ккал) 5. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)/45(89,10ккал) С: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)	Алма белэн кишер салаты 40(15,96ккал)/60(24,24ккал) 1. Яшелчә шулпасында пешкән “Кәбәсте” ашы 150/11/5(84,46ккал)/180/11/7(104,59ккал) 2. Гавык итеннән өй битләр 50(161ккал)/70(225,40ккал) 3. Ак май белэн пешкән дөгә боткасы 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01ккал) 4. Кипкән жимеш суы 150(73,33ккал) 180(87,5ккал) 5. Арыш ипи 35(69,3ккал)/45(89,10ккал) С: Бодай ипи 25(58,75ккал)
<b>Полдник</b>	<b>Төштән соңгы аш</b>
1. Молоко кипячёное 150(80,25ккал)/180(96,30ккал) 2. Печенье 20 (90,20ккал)	1. Кайнаган сөт 150(80,25ккал)/180(96,30ккал) 2. Печенье 20(90,20ккал)
<b>Ужин</b>	<b>Кичке аш</b>
1. Омлет натуральный 130(256,67ккал)/150(335,23ккал) 2. Чай с сахаром 150/5(20,08ккал)/180/6(24,10ккал) 3. Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)/30(70,5ккал)	1. Йомырка тәбәсе 130(256,67ккал)/150(335,23ккал) 2. Шикәрле чәй 150/5(20,08ккал)/180/6(24,1ккал) 3. Бодай ипи 25(58,75ккал)/30(70,5ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова