

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

МЕНЮ
на «19» марта 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 2. Каша «Манная» молочная с маслом сливочным 140/3(149,26ккал)/180/3(186,3ккал) 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)	Иртэнге аш 1. Ак май белән сөттә пешкән “Манный” боткасы 140/3(149,26ккал)/180/3(186,3ккал) 2. Сөтле какау эчемлеге 180/6(58,83ккал) 3. Ак май белән киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)/30/5(111,60ккал) 10:00 Алма, груша согы 125(68ккал)/180(94,4ккал)
Обед Салат из припущенной моркови с яблоками 40(16,16 ккал)/ 60 (24,24ккал) 1. Щи со свежей капустой, картофелем, со сметаной 150/5(61,95ккал)/180/7(75,96ккал). 2. Биточки «Домашние» 50(161ккал)/70(225,40ккал) 3. Каша перловая рассыпчатая с овощами 110/2(112,94ккал)/130/2(137,68ккал) 4. Компот из урюка 150(44,85ккал) 180(68,2ккал) 5. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)/45(89,10ккал) С: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)	Төшке аш Алма белән пешкән кишер салаты 40(16,16ккал)/ 60(24,24ккал) 1. Яшелчә шулпасында пешкән “Кэбэсте” ашы 150/5(61,95ккал)/180/7(75,96ккал) 2. Тавык итеннән өй битләр 50(161ккал)/70(225,40ккал) 3. Яшелчәләр белән пешкән арпа боткасы 110/2(112,94ккал)/130/2(137,68ккал) 4. Урюк суы 150(44,85ккал) 180(68,2ккал) 5. Арыш ипи 35(69,3ккал)/45(89,10ккал) С: Бодай ипи 25(58,75ккал)
Полдник 1. Молоко кипячёное 150(85ккал)/180(96,30ккал) 2. Булочка с сахаром 35(95,67ккал)/50(170,67ккал)	Төштән соңгы аш 1. Кайнаган сөт 150(85ккал)/180(96,30ккал) 2. Шикәрле ак күмәч 35(95,67ккал)/50(170,67ккал)
Ужин 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)	Кичке аш 1. Йомырка тэбәсе 130(256,67ккал)/150(335,23ккал) 2. Шикәрле чэй 150/5(20,08ккал)/180/6(24,1ккал) 3. Бодай ипи 25(58,75ккал)/30(70,5ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхудинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова