



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

МЕНЮ
на «19» мая 2026г

МБДОУ «ЦПР– д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none">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) <p>10:00 Сок яблочно-грушевый 200(84,8ккал)</p>	<p>Иртэнге аш</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ак май белэн сөттә пешкән “Бодай” боткасы 140/3(191,96ккал)/180/3(241,16ккал)2. Сөтле какау эчемлеге 180/6(90,78ккал)3. Ак май белэн киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)/30/5(111,68ккал) <p>10:00 Алма, груша согы 200(84,8ккал)</p>
<p>Обед</p> <p>Салат картофельный с морковью и солеными огурцами 40(34,64ккал)/60(51,96ккал)</p> <ol style="list-style-type: none">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)	<p>Төшке аш</p> <p>Тозлы кыяр белэн бэрэнге салаты 40(34,64ккал)/60(51,96ккал)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Соякле ит, каймаклы яшелчә шулпасында пешкән “Борщ” ашы 150/5(70,31ккал)/180/7(85,97ккал)2. Итеннән 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)
<p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ряженка 150(76ккал)/180(92ккал)2. Вафли 20(108,5ккал)	<p>Төштән соңгы аш</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ряженка 150(76ккал)/180(92ккал)2. Вафли 20(108,5ккал)
<p>Ужин</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ватрушка королевская 130(350,13ккал)/150(404ккал)2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)	<p>Кичке аш</p> <ol style="list-style-type: none">1. Патшаларча эремчекле шәңгә 130(350,13ккал)/150(404ккал)2. Лимон белән шикәрле чэй 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова

19 мая 2026 г.

Завтрак:

Наименование блюдо	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			Я	С	Я	С	Я	С	ясли	сад	ясли	сад
<i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</i>	140/3	180/3	6,02	7,73	4,84	5,60	30,97	39,81	191,96	241,16	0,67	0,86
<i>Какао с молоком</i>	180/6	180/6	3,67	3,67	3,19	3,19	10,87	10,87	90,78	90,78	1,43	1,43
<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68		

2-ой Завтрак:

<i>Сок яблочно-грушевый</i>	200	200	1,0	1,0	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,0	4,0
-----------------------------	-----	-----	-----	-----	------	------	-------	-------	-------	-------	-----	-----

Обед:

<i>Салат картофельный с морковью и солеными гурцами</i>	40	60	0,49	0,73	3,14	4,71	3,58	5,38	44,56	66,84		
<i>Борщ со свежей капустой, с картофе- лем на мясном бульоне, со сметаной</i>	150/5	180/7	1,26	1,48	3,70	4,59	6,74	8,12	70,31	85,97	6,43	7,71
<i>Гуляш из отварной говядины</i>	30/30	40/40	8,73	11,64	10,07	13,43	1,73	2,31	132,60	176,80	0,56	0,74
<i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным</i>	110/2	130/3	6,45	7,62	3,13	4,16	29,16	34,47	170,14	205,27	0	0
<i>Кисель</i>	150	180	0,45	0,54	0,08	0,09	13,50	16,18	62,70	75,24	0,83	0,99
<i>Хлеб пшеничный</i>	25	35	1,90	2,66	0,20	0,28	12,30	17,22	58,75	82,25	0,00	0,00
<i>Хлеб ржаной</i>	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		

Полдник:

<i>Кисломолочный напиток(ряженка)</i>	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,45
<i>Кондитерское изделие(вафли)</i>	20	20	0,75	0,75	6,10	6,10	12,50	12,50	108,50	108,50	0	0

Ужин:

<i>Королевская ватрушка</i>	100/30	120/30	15,98	18,44	9,50	10,96	50,58	58,36	350,13	404,00		
<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	150/5/ 5	180/6/ 7	0,10	0,13	0,2	0,03	5,18	6,23	21,78	26,48	2,24	2,83