

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

МЕНЮ

на «20» июля 2026г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1. Каша «Манная» молочная с маслом сливочным 140/3(149,26ккал)-180/3(186,3ккал) 2. Чай с молоком и сахаром 180/6(75,76ккал) 3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)-30/5(111,68ккал) 10:00 Сок яблочно-грушевый 200(84,8ккал)	Иртэнге аш 1. Ак май белэн сөттә пешкән «Маннй» боткасы 140/3(155,56ккал)-180/5(207,6ккал) 2. Сөтле белэн шикәрле чэй 180(75,76ккал) 3. Ак май белэн киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)-30/5(111,68ккал) 10:00 Алма белән груша согы 200(84,8ккал)
Обед Томаты свежие порционно 30(6,6)/50(11,0) 1. Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками 150/10(90,56ккал)-180/10 (114,56ккал). 2. Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом 110/20(179,14ккал)-120/30(201,98ккал) 3. Напиток из смеси сухофруктов 150(60ккал)- 180(72ккал) 4. Хлеб ржаной 40(79,2ккал)/ 45(89,19ккал)	Төшке аш Томаты свежие порционно 30(6,6)/50(11,0) 1. Тавык итле фрикаделькасы шулпасында пешкән вермишель ашы 150/10(90,56ккал)-180/10 (114,56ккал) 2. Ялкауларча тулма 110/20(179,14ккал)-120/30(201,98ккал) 3. Кипкән жимеш суы 150(60ккал)-180(72ккал) 4. Арыш ипи 35(69,23ккал)-45(89,19ккал)
Полдник 1. Катык 150(85ккал)/180(96,3) 2. Печенье 20(83,4ккал)	Төштән соңгы аш 1. Катык 150(85ккал)/180(96,3) 2. Печенье 20(83,4ккал)
Ужин 1. Омлет натуральный 130(251,03ккал)/150(289,66ккал) 2. Чай с сахаром и яблоком 150/5/10(24,7ккал)-180/6/10(28,7ккал) 3. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/25(58,81ккал)	Кичке аш 1. Йомырка тәбәсе 130(251,03ккал)/150(289,66ккал) 2. Алма белән шикәрле чэй 150/5/10(24,7ккал)-180/6/10(28,7ккал) 3. Бодай ипи 20(47ккал)/25(58,81ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Повар

А.Р.Фаракина



МЕНЮ
20 июля 2026 г
Завтрак:

Наименование блюдов	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамины	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			Я	С	Я	С	Я	С	ясли	сад	ясли	сад
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,24	5,45	4,60	5,30	22,61	29,08	149,26	186,30	0,82	0,00
Чай с молоком, с сахаром	180/6	180/6	3,03	3,03	2,40	2,40	10,48	10,48	75,76	75,76	1,38	1,38
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,60		

2-ой Завтрак:

Сок	200	200	1,00	1,00	0	0	20,20	20,20	84,80	84,80	2,20	4,00
-----	-----	-----	------	------	---	---	-------	-------	-------	-------	------	------

Обед:

Томаты свежие порционно	30	50	0,33	0,55	0,06	0,10	1,14	1,9	6,6	11	5,25	8,75
Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками	150/10	180/10	3,61	4,93	2,87	3,80	10,55	12,68	90,56	114,56	5,19	6,18
Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом	110/20	120/30	8,88	10,16	9,20	10,45	18,73	21,01	179,14	201,98	0,50	0,65
Напиток из сухофруктов	150	180	0,50	0,60	0,07	0,08	14,00	16,81	60	71,52	0,54	0,65
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		

Полдник:

Кисломолочный напиток (катык)	150	180	4,58	5,22	4,08	4,50	7,58	8,64	85,00	96,30	1,95	2,3
Кондитерское изделие (печенье)		20		1,28		3,36		13,70		90,20		0

Ужин:

Омлет натуральный	130	150	12,08	13,94	21,52	24,83	2,29	2,64	251,03	289,66	0,25	0,2
Хлеб пшеничный	20	25	1,52	1,90	0,16	0,20	9,84	12,31	47,00	58,81	0,00	0,0
Чай с сахаром с яблоками	150/5/1 0	180/6/1 0	0,09 0,11	0,20	0,06	5,99	6,99	24,70	28,70	1,02	1,0	