

Утверждаю
директор МБДОУ

«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

МЕНЮ

на «20» мая 2026г

МБДОУ «ЦРР- д/с №2 «Планета детства»

Завтрак	Иртэнге аш
<p>1. Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным 140/3(155,56ккал)/180/3(215,85ккал)</p> <p>2. Чай с молоком и сахаром 180/6(75,76ккал)</p> <p>3. Бутерброд (батон) с сыром и маслом сливочным 25/5/5(115,67ккал)/30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Апельсин 100(47ккал)</p>	<p>1. Ак май белэн сөттә пешкән “Дуслык” боткасы 140/3(155,56ккал)/180/3(215,85ккал)</p> <p>2. Сөтле белэн шикәрле чэй 180/6(75,76ккал)</p> <p>3. Сыр белэн ак май киселгән күмәч 25/5/5(115,67ккал)/30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Эфлисун 100(47ккал)</p>
Обед	Төшке аш
<p>Огурец свежий порционно 40(5,6)/60(8,4)</p> <p>1. Рассольник «Ленинградский» со сметаной 150/6(174,07) 180/7(198,54ккал)</p> <p>2. Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным 50/2(123,2ккал)/70/2(167,2ккал)</p> <p>3. Гороховое пюре 110(163,9ккал)/ 130(196,94ккал)</p> <p>4. Напиток из смеси сухофруктов 150(60ккал)/180(72ккал)</p> <p>5. Хлеб ржаной 35(69,23ккал)/ 45(89,19ккал)</p>	<p>Кыяр 40(5,6)/60(8,4)</p> <p>1. Каймаклы шулпасында пешкән “Ленинградский” ашы 150/6(174,07)/180/7(198,54ккал)</p> <p>2. Ак май белэн тавык итеннән кэтлите 50/2(123,2ккал)/70/2(167,2ккал)</p> <p>3. Борчак боламыгы 110(163,9ккал)/130(196,94ккал)</p> <p>4. Кипкән жимеш суы 150(60ккал)/180(72ккал)</p> <p>5. Арыш ипие 35(69,23ккал)/ 45(89,19ккал)</p>
Полдник	Төштән соңгы аш
<p>1. Катзык 150(85ккал)/180(96,3)</p> <p>2. Сдоба обыкновенная 25(71ккал)/50(141ккал)</p>	<p>1. Катзык 150(85ккал)/180(96,3)</p> <p>2. Ак кумеч 25(71ккал)/50(141ккал)</p>
Ужин	Кичке аш
<p>1. Омлет натуральный 130(251,03ккал)/150(289,66ккал)</p> <p>2. Напиток из шиповника 150/5(26,15ккал)/180/6(31,38ккал)</p> <p>3. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/35(82,25ккал)</p>	<p>1. Йомырка тәбәсе 130(251,03ккал)/150(289,66ккал)</p> <p>2. Гөлжимеш суы 150/5(26,15ккал)/180/6(31,38ккал)</p> <p>3. Бодай ипи 20(47ккал)/35(82,25ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова

МЕНЮ
20 мая 2026 г.
Завтрак

Наименование блюда	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 «Дружба» молочная с маслом сливочным</i>	140/3	180/3	4,24	5,34	4,92	8,40	23,38	29,46	155,56	215,85	0,60	0,86
<i>Чай с молоком, сахаром</i>	180/6	180/6	3,03	3,03	2,40	2,40	10,48	10,48	75,76	75,76	1,38	1,38
<i>Бутерброд с сыром, маслом сливочным</i>	25/5/5	30/5/5	2,53	3,61	5,69	5,83	12,92	15,49	115,67	128,77	0,07	0,07

2-ой Завтрак:

<i>Фрукты свежие(апельсин)</i>	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,0	10,00
------------------------------------	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	------	-------

Обед:

<i>Огурец свежий порционно</i>	40	60	0,32	0,48	0,04	0,06	1,0	1,5	5,6	8,4		
<i>Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной</i>	150/6	180/7	1,37	2,99	3,95	8,01	7,40	25,60	74,07	198,54	5,05	6,11
<i>Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным</i>	50/2	70/2	8,70	12,17	6,20	8,10	8,10	11,32	123,20	167,20	0,45	0,63
<i>Гороховое пюре</i>	110	130	9,96	11,79	2,48	2,96	25,64	30,29	163,9	196,94		
<i>Напиток из сухофруктов</i>	150	180	0,50	0,60	0,07	0,08	14,00	16,81	60	72	0,54	0,65
<i>Хлеб ржаной</i>	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19	0	0

Полдник:

<i>Кисломолочный напиток (катык)</i>	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,45
<i>Сдоба обыкновенная</i>	25	50	1,94	3,88	1,18	2,36	13,07	26,15	71	141	0	0

Ужин:

<i>Омлет натуральный</i>	130	150	12,08	13,94	21,52	24,83	2,29	2,64	251,03	289,66	0,25	0,28
<i>Напиток из шиповника</i>	150/5	180/6	0,51	0,61	0,21	0,25	5,57	6,68	26,15	31,38	36,60	43,92
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	30	1,52	2,66	0,16	0,28	9,84	17,22	47,00	82,25	0,00	0,00