

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

МЕНЮ
на «21» мая 2026г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</p> <p>1. Каша «Ячневая» молочная с маслом сливочным 140/3(171,476ккал)-180/3(214,8ккал) 2. Кофейный напиток с молоком 180/6(74,58ккал) 3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)- 30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Сок яблочный 200(84,8ккал)</p>	<p>Иртэнге аш</p> <p>1. Ак май белэн сөттә пешкән “Арпа” боткасы 140/3(171,476ккал)-180/3(214,8ккал) 2. Сөтле кәһвә эчемлеге 180/6(74,58ккал) 3. Ак май белэн киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)- 30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Алма согы 200(84,8ккал)</p>
<p>Обед</p> <p>Салат из свеклы с яблоками 40(30,68ккал)/60(46,02ккал) 1. Щи со свежей капустой, картофелем на бульоне из индейки, со сметаной 150/5(57ккал)/180/7(70,02ккал) 2. Говядина тушеная с овощами по-татарски 30/30(101,63ккал)-40/30(150,93ккал) 3. Макароны отварные с маслом сливочным 110/2(136,73ккал)/130/3(165,79ккал) 3. Компот из урюка 150(56,83ккал)/180(68,2ккал) 4. Хлеб ржаной 35(69,23)/45(89,19ккал) 5. Хлеб пшеничный 20(47)/35(82,25ккал)</p>	<p>Төшке аш</p> <p>Алма белән чөгендер салаты 40(30,68ккал)/60(46,02ккал) 1. Куркә белән яшелчә каймаклы шулпасында пешкән “Кәбәсте” ашы 150/5(57ккал)/180/7(70,02ккал) 2. Яшелчә белән итеннән томалап пешерелгән 30/30(101,63ккал)-40/30(150,93ккал) 3. Ак май белән пешкән макарон 110/2(136,73ккал)/130/3(165,79ккал) 3. Урюк компоты 150(56,83ккал)/180(68,2ккал) 4. Арыш ипие 35(69,23)/45(89,19ккал) 5. Бодай ипи 20(47)/25(58,75ккал)</p>
<p>Полдник</p> <p>1. Напиток ацидофильный 150(76ккал)-180(92ккал)</p>	<p>Төштән соңгы аш</p> <p>1. Напиток ацидофильный 150(76ккал)-180(92ккал)</p>
<p>Ужин</p> <p>1. Запеканка творожная с молоком сгущеным 110/20(353,4ккал)/130/20(408,2ккал) 2. Чай с сахаром 150/5(20,08ккал)/180/6(24,1ккал)</p>	<p>Кичке аш</p> <p>1. Куертылган сөт белән эремчекле запеканкасы 110/20(353,4ккал)/130/20(408,2ккал) 2. Шикәрле чэй 150/5(20,08ккал)/180/6(24,1ккал)</p>

Старшая мед.сестра


Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар


Г.И.Нуретдинова

МЕНЮ
21 мая 2026г.
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 ячневая молочная с маслом сливочным</i>	140/3	180/3	4,70	6,04	4,80	5,54	23,25	30,04	171,47	214,80		
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180/6	180/6	2,85	2,85	2,41	2,41	10,35	5,99	74,58	74,58	1,17	1,17
<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 яблочный</i>	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00
---------------------	-----	-----	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	------

Обед:

<i>Салат из свеклы с яблоками</i>	40	60	0,44	0,65	3,1	3,1	2,07	3,86	30,68	46,02		
<i>Щи со свежей капустой,с картофелем на бульоне из индейки,со сметаной</i>	150/5	180/7	1,11	1,36	3,70	4,59	3,94	4,77	57,00	70,02	9,59	8,00
<i>Говядина тушеная с овощами по-татарски</i>	30/30	40/30	4,06	10,76	4,76	10,11	19,42	19,42	136,73	150,93	0,00	5,03
<i>Макаронные изделия отварные,с маслом сливочным</i>	110/2	130/3	4,06	4,81	4,76	6,09	19,42	22,96	136,73	165,79	0,00	0,00
<i>Компот из урюка</i>	150	180	0,35	0,40	0,02	0,02	13,83	16,60	56,83	68,20	0,00	2,44
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	35	1,52	2,66	0,16	0,28	9,84	17,22	47,00	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 (напиток ацидофильный)</i>	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,54
---	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	------	------

Ужин:

<i>Запеканка творожная с молоком сгущённым</i>	110/20	130/20	20,73	24,20	16,98	20,06	29,49	32,78	353,40	408,20	0,49	0,54
<i>Чай с сахаром</i>	150/5	180/6	0,053	0,06	0,015	0,02	5,02	6,02	20,08	24,10	0,02	0,03