

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

МЕНЮ

на «21» октября 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1. Каша «Полбяная» молочная с маслом сливочным 140/3(162)/180/3(202,64ккал) 2. Какао с молоком 180/6(58,83ккал) 3. Бутерброд (батон) с сыром, маслом сливочным 25/10/5(132,83)/30/10/5(146,10ккал) 10:00 Сок яблочно-грушевый 125(52,77)/180(76,0ккал)	Иртэнге аш 1. Ак май белән сөттә пешкән “Борай” боткасы 140/3(162)/180/3(202,64ккал) 2. Сөтле какау эчемлеге 180/6(58,83ккал) 3. Сыр, ак май белән киселгән күмәч 25/10/5(132,83)/30/10/5(146,10ккал) 10:00 Алма, груша согы 125(52,77)/180(76,0ккал)
Обед Салат из моркови 40(44,56)/60(66,84ккал) 1. Щи со свежей капустой, картофелем со сметаной 150/5(61,95ккал)/180/7(75,96ккал) 2. Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе 40/20(90ккал)-50/25(112,5ккал) 3. Макароны отварные с маслом сливочным 110/3(134,38)/130/3(155,22ккал) 3. Компот из свежих яблок 150(46,05)/180(55,26ккал) 4. Хлеб ржаной 35(69,3)/45(89,10ккал) 5. Хлеб пшеничный 20(47)/25(58,75ккал)	Төшке аш Кишер салаты 40(15,96ккал)/ 60(24,24ккал) 1. Яшелчә шулпасында пешкән “Кәбесте” ашы 150/5(61,95ккал)/180/7(75,96ккал) 2. Каймаклы-томат соусында тавык тефтел 40/20(90)/50/25(112,5ккал) 3. Ак май белән пешкән макарон 110/3(134,38)/130/3(155,22ккал) 3. Алма суы 150(46,05)/180(55,26ккал) 4. Арыш ипие 35(69,3)/45(89,10ккал) 5. Бодай ипи 20(47)/25(58,75ккал)
Полдник 1. Молоко кипячёное 150(85ккал)/180(96,3) 2. Печенье 20 (90,20ккал)	Төштән соңгы аш 1. Кайнаган сөт 150(80,25ккал)-180(96,30ккал) 2. Печенье 20(90,20ккал)
Ужин 1. Запеканка творожная с повидлом 100/30(345,5)/120/30(418,50ккал) 2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/180/6/7(26,48ккал)	Кичке аш 1. Повидло белән эремчекле запеканкасы 100/30(345,5)/120/30(418,50ккал) 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