


Утверждаю  
и.о. директора МБДОУ  
«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»  
  
Л.С.Мензелина

**МЕНЮ**  
на «22» апреля 2026г

**МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»**

<p><b>Завтрак</b></p> <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 Яблоко 100(47ккал)</p>	<p><b>Иртэнге аш</b></p> <p>1. Ак май белэн сөттэ пешкэн “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 Алма 100(47ккал)</p>
<p><b>Обед</b></p> <p>Салат из припущенной моркови с изюмом 40(25,68)/60(38,52)</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><b>Төшке аш</b></p> <p>Изюм белэн пешкән кишер салаты 40(25,68)/60(38,52)</p> <p>1. Каймаклы шулпасында пешкән “Ленинградский” ашы 150/6(174,07)/180/7(198,54ккал)</p> <p>2. Ак май белэн тавык итеннән кәтлите 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>
<p><b>Полдник</b></p> <p>1. Катык 150(85ккал)/180(96,3)</p> <p>2. Сдоба обыкновенная 25(71ккал)/50(141ккал)</p>	<p><b>Төштән соңгы аш</b></p> <p>1. Катык 150(85ккал)/180(96,3)</p> <p>2. Ак кумеч 25(71ккал)/50(141ккал)</p>
<p><b>Ужин</b></p> <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><b>Кичке аш</b></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  
22 апреля 2026 г.  
Завтрак

Наименование блюда	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			я	с	я	с	я	с	ясли	сад	ясли	сад
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,24	5,34	4,92	8,40	23,38	29,46	155,56	215,85	0,60	0,86
Чай с молоком, 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 сыром, маслом сливочным	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:

Фрукты свежие(банан)	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00
-------------------------	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------

Обед:

Салат из припущенной моркови с изюмом	40	60	0,59	0,82	0,04	3,13	5,73	5,14	25,68	51,96	1,83	7,20
Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной	150/6	180/7	1,37	2,99	3,95	8,01	7,40	25,60	74,07	198,54	5,05	6,11
Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным	50/2	70/2	8,70	12,17	6,20	8,10	8,10	11,32	123,20	167,20	0,45	0,63
Гороховое пюре	110	130	9,96	11,79	2,48	2,96	25,64	30,29	163,9	196,94		
Напиток из сухофруктов	150	180	0,50	0,60	0,07	0,08	14,00	16,81	60	72	0,54	0,65
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19	0	0

Полдник:

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

Ужин:

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