

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

МЕНЮ
на «22» октября 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак 1. Каша «Манная» молочная с маслом сливочным 140/3(149,26ккал)/180/3(186,30ккал) 2. Чай с сахаром 180/6(72,70ккал) 3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)/30/5(111,60ккал) 10:00 Яблоко 100(47ккал)	Иртэнге аш 1. Ак май белән сөттә пешкән “Манный” боткасы 140/3(149,26ккал)/180/3(186,30ккал) 2. Шикәрле чәй 180/6(72,70 ккал) 3. Ак май белән киселгән күмәч 30/5(111,60ккал)/ 25/5(98,5) 10:00 Алма 100(47ккал)
Обед Салат из капусты с морковью 40(36,04)/60(54,06) 1. Суп картофельный с горохом на бульоне из индейки 150(88,95ккал)/180(106,74ккал) 2. Плов из индейки 150(217,98ккал)/200(290,64ккал) 3. Компот из урюка 150(44,85ккал)- 180(68,2ккал) 4. Хлеб ржаной 35(69,3)/45(89,10ккал) 5. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/20(47ккал)	Төшке аш Кишер белән кәбесте салаты 40(36,04)/60(54,06) 2. Куркә шулпасында пешкән “Борчак” ашы 150(88,95ккал)/180(106,74ккал) 2. Куркә пылау 150(217,98ккал)/200(290,64ккал) 3. Кипкән жимеш суы 150(44,85ккал)- 180(68,18ккал) 4. Арыш ипие 35(69,3)/45(89,10ккал) 5. Бодай ипи 20(47ккал)/20(47ккал)
Полдник 1. Ряженка 150(76,0ккал)/180(91,8ккал) 2. Булочка дорожная 35(112,35ккал)	Төштән соңгы аш 1. Ряженка 150(76,0ккал)/180(91,8ккал) 2. Ак күмәч 35(112,35)
Ужин 1. Фрикадельки рыбные отварные 50(55)/80(88ккал) 2. Картофель запеченый 120(182,4)/140(212,80ккал) 3. Напиток из шиповника 150/5(52,5)/180/6(79,38ккал) 4. Хлеб пшеничный 20(47)/30(70,50ккал)	Кичке аш 1. Балык итеннән фрикаделькасы 80(88ккал)/ 50(55) 2. Пешерелгән бәрэнге 120(182,4)/140(212,80ккал) 3. Гөлжимеш суы 180/6(79,38ккал)/ 150/5(52,5) 4. Бодай ипи 30(70,50ккал)/ 20(47)

Старшая мед.сестра _____ Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар _____ Г.И.Нуретдинова