


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

## МЕНЮ на «23» апреля 2026г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<p style="text-align: center;"><b>Завтрак</b></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 style="text-align: center;"><b>Иртэнге аш</b></p> <p>1. Ак май белэн сөттә пешкән «Алма боткасы» 140/3(171,476ккал)-180/3(214,8ккал) 2. Сөтле кәһвә эчемлеге 180/6(74,58ккал) 3. Ак май белэн киселгән күмөч 25/5(98,5ккал)- 30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Алма согы 200(84,8ккал)</p>
<p style="text-align: center;"><b>Обед</b></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. Индейка 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 style="text-align: center;"><b>Төшке аш</b></p> <p>Алма белэн чөгендер салаты 40(30,68ккал)/60(46,02ккал) 1. Куркә белән яшелчә каймаклы тәмле аш пешкән «Кәбәсте» ашы 150/5(57ккал)/180/7(70,02ккал) 2. Яшелчә белән куркә итешкән тәмле аш 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 ипи 35(69,23)/45(89,19ккал) 5. Бодай ипи 20(47)/25(58,75ккал)</p>
<p style="text-align: center;"><b>Полдник</b></p> <p>1. Напиток ацидофильный 150(76ккал)-180(92ккал)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Төштән соңгы аш</b></p> <p>1. Напиток ацидофильный 150(76ккал)-180(92ккал)</p>
<p style="text-align: center;"><b>Ужин</b></p> <p>1. Запеканка творожная с молоком сгущенным 110/20(353,4ккал)/130/20(408,2ккал) 2. Чай с сахаром 150/5(20,08ккал)/180/6(24,1ккал)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Кичке аш</b></p> <p>1. Куертылган сөт белән эремчек 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.Нурметов

## МЕНЮ

23 апреля 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
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,70	6,04	4,80	5,54	23,25	30,04	171,47	214,80		
Кофейный напиток с молоком	180/6	180/6	2,85	2,85	2,41	2,41	10,35	5,99	74,58	74,58	1,17	1,17
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68		

2-ой Завтрак:

Сок яблочный	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00
--------------	-----	-----	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	------

Обед:

Салат из свеклы с яблоками	40	60	0,44	0,65	3,1	3,1	2,07	3,86	30,68	46,02		
Щи со свежей капустой,с картофелем на бульоне из индейки,со сметаной	150/5	180/7	1,11	1,36	3,70	4,59	3,94	4,77	57,00	70,02	9,59	8,00
Индейка тушеная с овощами по-татарски	30/30	40/30	4,06	10,76	4,76	10,11	19,42	19,42	136,73	150,93	0,00	5,03
Макаронные изделия отварные,с маслом сливочным	110/2	130/3	4,06	4,81	4,76	6,09	19,42	22,96	136,73	165,79	0,00	0,00
Компот из урюка	150	180	0,35	0,40	0,02	0,02	13,83	16,60	56,83	68,20	0,00	2,44
Хлеб пшеничный	20	35	1,52	2,66	0,16	0,28	9,84	17,22	47,00	82,25	0,00	0,00
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		

Полдник:

Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,54
--	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	------	------

Ужин:

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