

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

**МЕНЮ**  
на «24» июня 2025г

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

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b><br>1. Каша «Ячневая» молочная с маслом сливочным 140/3(173,76ккал)/180/3(223,41ккал)<br>2. Кофейный напиток с молоком 180/6(90,54ккал)/ 180/6(90,54ккал)<br>3.Бутерброд (батон) с сыром и маслом сливочным 25/10/5(132,83ккал)/30/10/5(146,10ккал)<br>10:00 Яблоко 100 (47ккал)                                                                                                                                                                       | <b>Иртэнге аш</b><br>6. Ак май белән сөттә пешкән “Арпа” боткасы 140/3(173,76)/ 180/3(223,41)<br>2. Сөтле кәһвә эчемлеге 180/6(90,54ккал)/ 180/6(90,54ккал)<br>3. Ак май, сыр белән киселгән күмәч 25/10/5(132,83ккал)/30/10/5(146,10ккал)<br>10:00 Алма 100(47ккал)                                                                                                                                             |
| <b>Обед</b><br>Огурцы свежие порционно 30(3,6ккал)/50(6,0ккал)<br>1. Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки 150(86,55ккал)/180(120,8ккал).<br>2. Гуляш из отварной индейки 30/30(102,23ккал)/ 40/40(136,31ккал)<br>3.Каша перловая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным 110/2(112,94ккал)/130/2(137,68ккал)<br>4. Компот из свежих яблок 150(46,05)/180(55,26ккал)<br>5. Хлеб ржаной 35(69,3ккал)/45(89,10ккал)<br>6. С: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал) | <b>Төшке аш</b><br>Кыяр 30(3,6ккал)/50(6,0ккал)<br>1. Куркә шулпасында пешкән чумары белән бәрәңге ашы 150(86,55ккал)/180(120,8ккал)<br>2. Кайнатылган куркә итеннән гуляш 30/30(102,23ккал)/ 40/40(136,31ккал)<br>3. Яшелчәләр белән пешкән арпа боткасы 110/2(112,94ккал)/130/2(137,68ккал)<br>4. Алма суы 150(46,05)/180(55,26ккал)<br>5. Арыш ипи 35(69,3ккал)/45(89,10ккал)<br>6. С:Бодай ипи 25(58,75ккал) |
| <b>Полдник</b><br>1. Кефир 150(75ккал)/180(90ккал)<br>2. Пряник 20(128,1ккал)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Төштән соңгы аш</b><br>1. Кефир 150(75ккал)/180(90ккал)<br>2. Пряник 20(128,1ккал)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Ужин</b><br>1.Омлет натуральный 130(256,67ккал)/150(335,23ккал)<br>2. Чай с сахаром 150/5(20,08ккал)- 180/6(24,1ккал)<br>3. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/25(58,75ккал)                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Кичке аш</b><br>4. Йомырка тәбәсе 130(256,67ккал)/150(335,23ккал)<br>5. Шикәрле чәй 150/5(20,08ккал)- 180/6(24,1ккал)<br>6. Бодай ипи 20(47ккал)/25(58,75ккал)                                                                                                                                                                                                                                                |

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова