

Утверждаю
директор МБДОУ

«Центр-д/с №2 «Планета детства»
Э.М.Гиниятуллина

МЕНЮ

на «24» декабря 2024г

МБДОУ «ЦРР- д/с №2 «Планета детства»

Завтрак

1. Каша «Полбяная» молочная с маслом сливочным 180/3(202,64ккал)/ 140/3(162)
2. Какао с молоком 180/6(58,83ккал)
3. Бутерброд (батон) с сыром, маслом сливочным 30/5/5(128,77ккал)/ 25/5/5(115,67)

10:00 Сок яблочно-грушевый 180(94,4ккал)/125(68)

Иртэнге аш

1. Дәм майы мен сәтте пешкән «Борай» сыны 180/3(202,64ккал)/ 140/3(162)
2. Гөллө эчемлек 180/6(58,83ккал)
3. Батон сәтте пешкән «Борай» сыны 30/5/5(128,77ккал)/ 25/5/5(115,67)

10:00 Алма, груша согы 180(94,4ккал)/125(68)

Обед

1. Салат из картофеля с солёными огурцами 60(66,84ккал)/40(44,56)
2. Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной 180/7(106,63ккал)/ 150/7(94,08)
3. Тефтели куриные в сметанно-томатном соусе 50/25(112,5ккал)/40/20(90)
4. Макароны отварные с маслом сливочным 130/3(155,22ккал)/110/3(134,38)
5. Компот из яблок 180(55,26ккал)/125(46,05)
6. Хлеб ржаной 45(89,10ккал)/35(69,5)
6. Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)/20(47)

Җөшкә аш

1. Кәпчә мен бәрэнге салаты 60(66,84ккал)/40(44,56)
2. Борщ кашасында пешкән «Борщ» ашы 180/7(106,63ккал)/ 150/7(94,08)
3. Төмәк мен томат соусында тавык тефтел 50/25(112,5ккал)/40/20(90)
4. Макароны отварные с маслом сливочным 130/3(155,22ккал)/110/3(134,38)
5. Компот из яблок 180(55,26ккал)/125(46,05)
6. Хлеб ржаной 45(89,10ккал)/35(69,5)
6. Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)/20(47)

Полдник

1. Кефир 180(91,89ккал)/150(72,5)
2. Булочка дорожная 50 (1650ккал)/35(112,35ккал)

Җөшкә аш өчен аш

1. Кефир 180(91,89ккал)/150(72,5)
2. Булочка дорожная 50 (1650ккал)/35(112,35ккал)

Ужин

1. Запеканка творожная с повидлом 120/30(418,50ккал)/ 100/30(345,5)
2. Чай с сахаром и лимоном 180/6/7(26,48ккал)/ 150/5/5(21,75ккал)

Кичке аш

1. Төмәк мен бәрэнге салаты 60(66,84ккал)/40(44,56)
2. Чай с сахаром и лимоном 180/6/7(26,48ккал)/ 150/5/5(21,75ккал)

Старшая методист

Шеф-повар

Утверждаю

Гиниятуллина

2024

Гиниятуллина