

Утверждаю  
директор МБДОУ

«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

**МЕНЮ**

на «25» марта 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) 2. Чай с молоком и сахаром 180/6(75,76ккал) 3. Бутерброд (батон) с сыром и маслом сливочным 25/5/5(115,67ккал)/30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Апельсин 100(47ккал)</p>	<p><b>Иртэнге аш</b></p> <p>1. Ак май белэн сөттә пешкән “Дуслык” боткасы 140/3(155,56ккал)/180/3(215,85ккал) 2. Сөтле белэн шикәрле чэй 180/6(75,76ккал) 3. Сыр белэн ак май киселгән күмәч 25/5/5(115,67ккал)/30/5/5(128,77ккал)</p> <p>10:00 Эфлисун 100(47ккал)</p>
<p><b>Обед</b></p> <p>Салат из припущенной моркови с курагой 40(25,68)/60(38,52) 1. Рассольник «Ленинградский» со сметаной 150/6(174,07) 180/7(198,54ккал) 2. Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным 50/2(123,2ккал)/70/2(167,2ккал) 3. Гороховое пюре 110(163,9ккал)/ 130(196,94ккал) 4. Напиток из смеси сухофруктов 150(60ккал)/180(72ккал) 5. Хлеб ржаной 35(69,23ккал)/ 45(89,19ккал)</p>	<p><b>Төшке аш</b></p> <p>Курага белэн кишер салаты 40(25,68)/60(38,52) 1. Каймаклы шулпасында пешкән “Ленинградский” ашы 150/6(174,07)/180/7(198,54ккал) 2. Ак май белэн тавык итеннән кәтлите 50/2(123,2ккал)/70/2(167,2ккал) 3. Борчак боламыгы 110(163,9ккал)/130(196,94ккал) 4. Кипкән жимеш суы 150(60ккал)/180(72ккал) 5. Арыш ипие 35(69,23ккал)/ 45(89,19ккал)</p>
<p><b>Полдник</b></p> <p>1. Катык 150(85ккал)/180(96,3) 2. Сдоба обыкновенная 25(71ккал)/50(141ккал)</p>	<p><b>Төштән соңгы аш</b></p> <p>1. Катык 150(85ккал)/180(96,3) 2.. Ак кумеч 25(71ккал)/50(141ккал)</p>
<p><b>Ужин</b></p> <p>1. Омлет натуральный 130(251,03ккал)/150(289,66ккал) 2. Напиток из шиповника 150/5(26,15ккал)/180/6(31,38ккал) 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) 2. Гөлжимеш суы 150/5(26,15ккал)/180/6(31,38ккал) 3. Бодай ипи 20(47ккал)/35(82,25ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А. Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И. Нуретдинова