

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

МЕНЮ

на «29» января 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</p> <p>1. Каша «Кукурузная» молочная с маслом сливочным 180/5(274,16ккал)/140/4(213,96ккал) 2. Чай с молоком и сахаром 180/6(72,70ккал)/170/6(68,66ккал) 3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 30/5(111,60ккал)/ 25/5(98,5ккал)</p> <p>10:00 Яблоко 100(47ккал)</p>	<p>Иртэнге аш</p> <p>1. Ак май белэн сөттэ пешкэн “Кукуруз” боткасы 180/5(274,16ккал)/ 140/4(213,96) 2. Сөтле белэн шикәрле чэй 180/6(72,70 ккал)/170/6(68,66) 3. Ак май белэн киселгән күмәч 30/5(111,60ккал)/ 25/5(98,5)</p> <p>10:00 Алма 100(47ккал)</p>
<p>Обед</p> <p>Салат из свежей капусты с морковью 40(34,96ккал)/60(52,44ккал) 1. Суп картофельный с горохом на бульоне из индейки 150(88,95ккал)/ 180(106,84ккал) 2. Плов из отварной индейки 150(217,98ккал)/200(290,64ккал) 3. Компот из урюка 150(44,85ккал)-180(68,2ккал) 4. Хлеб ржаной 45(89,10ккал)/ 35(69,3) 5. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/20(47ккал)</p>	<p>Төшке аш</p> <p>Кишер белэн кэбэсте салаты 40(34,96ккал)/60(52,44ккал) 1. Куркә шулпасында пешкән “Борчак” ашы 180(106,84кал)/ 150(88,95) 2. Куркә пылау 200(290,64ккал)/ 150(217,98) 3. Кипкән жимеш суы 150(44,85ккал)-180(68,18ккал) 4. Арыш ипие 45(89,10ккал)/ 35(69,3) 5. Бодай ипи 20(47ккал)/20(47ккал)</p>
<p>Полдник</p> <p>1. Молоко кипяченое 180(96,30ккал)/ 150(80,25) 2. Печенье 20 (90,20ккал)</p>	<p>Төштән соңгы аш</p> <p>1. Кайнаган сөт 180(96,30ккал)/ 150(80,25) 2. Печенье 20(90,20ккал)</p>
<p>Ужин</p> <p>1. Фрикадельки рыбные отварные 80(88ккал)/50(55) 2. Картофель тушеный с овощами в соусе 140(201,60ккал)/ 120(172,8) 3. Напиток из шиповника 180/6(79,38ккал)/150/5(52,5) 4. Хлеб пшеничный 30(70,50ккал)/ 20(47)</p>	<p>Кичке аш</p> <p>1. Балык итеннән фрикаделькасы 80(88ккал)/50(55) 2. Соуста яшелчэлэр белэн томалап пешерелгән бэрэнге 140(201,60ккал)/120(172,8) 3. Гөлжимеш суы 180/6(79,38ккал)/ 150/5(52,5) 4. Бодай ипи 30(70,50ккал)/ 20(47)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова