

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



МЕНЮ
на «30» марта 2026г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</p> <p>1. Каша «Манная» молочная с маслом сливочным 140/3(149,26ккал)-180/3(186,3ккал)</p> <p>2. Чай с молоком и сахаром 180/6(75,76ккал)</p> <p>3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)-30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Сок яблочно-грушевый 200(84,8ккал)</p>	<p>Иртэнге аш</p> <p>1. Ак май белән сөтгә пешкән “Манний” боткасы 140/3(155,56ккал)-180/5(207,6ккал)</p> <p>2. Сөтле белән шикәрле чэй 180(75,76ккал)</p> <p>3. Ак май белән киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)-30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Алма белән груша согы 200(84,8ккал)</p>
<p>Обед</p> <p>Салат из кукурузы к/с 30(29,79)/50(49,65)</p> <p>1. Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками 150/10(90,56ккал)-180/10 (114,56ккал).</p> <p>2. Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом 110/20(179,14ккал)-120/30(201,98ккал)</p> <p>3. Напиток из смеси сухофруктов 150(60ккал)- 180(72ккал)</p> <p>4. Хлеб ржаной 40(79,2ккал)/ 45(89,19ккал)</p>	<p>Төшке аш</p> <p>Кукуруза к\с салаты 30(29,79)/50(49,65)</p> <p>1. Тавык итле фрикаделькасы шулпасында пешкән вермишель ашы 150/10(90,56ккал)-180/10 (114,56ккал)</p> <p>2. Ялкауларча тулма 110/20(179,14ккал)-120/30(201,98ккал)</p> <p>3. Кипкән жимеш суы 150(60ккал)-180(72ккал)</p> <p>4. Арыш ипие 35(69,23ккал)-45(89,19ккал)</p>
<p>Полдник</p> <p>1. Катык 150(85ккал)/180(96,3)</p> <p>2. Печенье 20(83,4ккал)</p>	<p>Төштән соңгы аш</p> <p>1. Катык 150(85ккал)/180(96,3)</p> <p>2. Печенье 20(83,4ккал)</p>
<p>Ужин</p> <p>1. Омлет натуральный 130(251,03ккал)/150(289,66ккал)</p> <p>2. Чай с сахаром и яблоком 150/5/10(24,7ккал)-180/6/10(28,7ккал)</p> <p>3. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/25(58,81ккал)</p>	<p>Кичке аш</p> <p>1. Йомырка тәбәсе 130(251,03ккал)/150(289,66ккал)</p> <p>2. Алма белән шикәрле чэй 150/5/10(24,7ккал)-180/6/10(28,7ккал)</p> <p>3. Бодай ипи 20(47ккал)/25(58,81ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова