

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

МЕНЮ
на «31» января 2025г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

Завтрак	Иртэнге аш
1. Суп молочный с геркулесовой крупой 180(64,08ккал)/200(71,20ккал) 2. Какао с молоком 150/5(48,86ккал)/ 180/6(106,74ккал) 3. Бутерброд (батон) с сыром, маслом сливочным 25/5/5(115,67ккал) 30/5/5(128,77ккал) 10:00 Яблоко 100 (47ккал)	1. Ак май белэн сөттә пешкән “Солы” ашы 180(64,08ккал)/200(71,20ккал) 2. Сөтле какау эчемлеге 150/5(88,95ккал)/ 180/6(106,74ккал) 3. Сыр, ак май белэн киселгән күмәч 25/5/5(115,67ккал)/ 30/5/5(128,77ккал) 10:00 Алма 100 (47ккал)
Обед	Төшке аш
Винегрет овощной 40(50,04ккал)/60(75,06ккал) 1. Рассольник домашний с куриными фрикадельками, со сметаной 150/11/5(97,4ккал)/ 180/11/5(111,14ккал) 2. Котлеты рубленные из говядины 50(150,76ккал)/ 70(211,06ккал) 3. Рис отварной рассыпчатый 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01) 4. Кисель плодово-ягодный 150(62,7ккал)/180(111,24ккал) 5. Хлеб ржаной 40(79,2ккал)/45(89,10ккал) 6. с: Хлеб пшеничный 25(58,75ккал)	Яшелче винегрет 40(50,04ккал)/60(75,06ккал) 1. Тавык фрикаделькасы, шулпасында пешкән “Рассольник” ашы 150/11/5(97,4ккал)/180/11/5(111,14ккал) 2. Ит итеннән кәтлите 50(150,76ккал)- 70(211,06ккал) 3. Ак май белэн пешкән дөгә боткасы 110/2(162,47ккал)/130/2(192,01) 4. Жиләк-жимеш кәсәл 150(62,7ккал)/180(111,24ккал) 5. Арыш ипие 40(79,2ккал)/45(89,10ккал) 5. Бодай ипи 25(58,75ккал)
Полдник	Төштән соңгы аш
1. Молоко кипяченое 150(80,25ккал)/180(96,3ккал) 2. Печенье 20(90,20ккал)	1. Кайнаган сөт 150(80,25ккал)/180(96,30ккал) 2. Печенье 20(90,20ккал)
Ужин	Кичке аш
1. Эчпочмак с говядиной 75(310,72ккал)/ 100(414,29ккал) 2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5(21,78ккал)/ 180/6/7(26,48ккал)	1. Игле эчпочмак 75(310,72ккал)/100(414,29ккал) 2. Лимон белән шикәрле чэй 150/5/5(21,78ккал)/ 180/6/7(26,48ккал)

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова