

Утверждаю
директор МБДОУ

«ЦРР-д/с №2 «Планета детства»

Э.М.Гиниятуллина

МЕНЮ

на «18» июня 2026г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

<p>Завтрак</p> <p>1. Каша «Ячневая» молочная с маслом сливочным 140/3(171,476ккал)-180/3(214,8ккал)</p> <p>2. Кофейный напиток с молоком 180/6(74,58ккал)</p> <p>3. Бутерброд (батон) с маслом сливочным 25/5(98,5ккал)- 30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Сок яблочный 200(84,8ккал)</p>	<p>Иртэнге аш</p> <p>1. Ак май белән сөттә пешкән “Арпа” боткасы 140/3(171,476ккал)-180/3(214,8ккал)</p> <p>2. Сөтле кәһвә эчемлеге 180/6(74,58ккал)</p> <p>3. Ак май белән киселгән күмәч 25/5(98,5ккал)-30/5(111,68ккал)</p> <p>10:00 Алма согы 200(84,8ккал)</p>
<p>Обед</p> <p>Салат из свеклы с яблоками 40(30,68ккал)/60(46,02ккал)</p> <p>1. Щи со свежей капустой, картофелем на бульоне из индейки, со сметаной 150/5(57ккал)/180/7(70,02ккал)</p> <p>2. Индейка тушеная с овощами по-татарски 30/30(101,63ккал)-40/30(150,93ккал)</p> <p>3. Макароны отварные с маслом сливочным 110/2(136,73ккал)/130/3(165,79ккал)</p> <p>3. Компот из урюка 150(56,83ккал)/180(68,2ккал)</p> <p>4. Хлеб ржаной 35(69,23)/45(89,19ккал)</p> <p>5. Хлеб пшеничный 20(47)/35(82,25ккал)</p>	<p>Төшке аш</p> <p>Алма белән чөгендер салаты 40(30,68ккал)/60(46,02ккал)</p> <p>1. Куркә белән яшелчә каймаклы шулпасында пешкән “Кәбәсте” ашы 150/5(57ккал)/180/7(70,02ккал)</p> <p>2. Куркә белән итеннән томалап пешерелгән 30/30(101,63ккал)-40/30(150,93ккал)</p> <p>3. Ак май белән пешкән макарон 110/2(136,73ккал)/130/3(165,79ккал)</p> <p>3. Урюк компоты 150(56,83ккал)/180(68,2ккал)</p> <p>4. Арыш ипие 35(69,23)/45(89,19ккал)</p> <p>5. Бодай ипи 20(47)/25(58,75ккал)</p>
<p>Полдник</p> <p>1. Напиток ацидофильный 150(76ккал)-180(92ккал)</p>	<p>Төштән соңгы аш</p> <p>1. Напиток ацидофильный 150(76ккал)-180(92ккал)</p>
<p>Ужин</p> <p>1. Омлет натуральный 130(251,03ккал)/150(289,66ккал)</p> <p>2. Напиток из шиповника 150/5(26,15ккал)/180/6(31,38ккал)</p> <p>3. Хлеб пшеничный 20(47ккал)/35(82,25ккал)</p>	<p>Кичке аш</p> <p>1. Йомырка тәбәсе 130(251,03ккал)/150(289,66ккал)</p> <p>2. Гөлжимеш суы 150/5(26,15ккал)/180/6(31,38ккал)</p> <p>3. Бодай ипи 20(47ккал)/35(82,25ккал)</p>

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова

МЕНЮ
18 июня 2026г.

Завтрак:

Наименование блюда	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			я	с	я	с	я	с	ясли	сад	ясли	сад
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,70	6,04	4,80	5,54	23,25	30,04	171,47	214,80		
Кофейный напиток с молоком	180/6	180/6	2,85	2,85	2,41	2,41	10,35	5,99	74,58	74,58	1,17	1,17
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68		

2-ой Завтрак:

Сок яблочный	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00
--------------	-----	-----	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	------

Обед:

Салат из свеклы с яблоками	40	60	0,44	0,65	3,1	3,1	2,07	3,86	30,68	46,02		
Щи со свежей капустой,с картофелем на бульоне из индейки,со сметаной	150/5	180/7	1,11	1,36	3,70	4,59	3,94	4,77	57,00	70,02	9,59	8,00
Говядина тушеная с овощами по-татарски	30/30	40/30	4,06	10,76	4,76	10,11	19,42	19,42	136,73	150,93	0,00	5,03
Макаронные изделия отварные,с маслом сливочным	110/2	130/3	4,06	4,81	4,76	6,09	19,42	22,96	136,73	165,79	0,00	0,00
Компот из урюка	150	180	0,35	0,40	0,02	0,02	13,83	16,60	56,83	68,20	0,00	2,44
Хлеб пшеничный	20	35	1,52	2,66	0,16	0,28	9,84	17,22	47,00	82,25	0,00	0,00
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		

Полдник:

Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,54
--	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	------	------

Ужин:

Омлет натуральный	130	150	12,08	13,94	21,52	24,83	2,29	2,64	251,03	289,66	0,25	0,28
Напиток из шиповника	150/5	180/6	0,51	0,61	0,21	0,25	5,57	6,68	26,15	31,38	36,60	43,92
Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,66	0,16	0,28	9,84	17,22	47,00	82,25	0,00	0,00