

Утверждаю
директор МБДОУ

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

МЕНЮ
на «19» января 2026г

МБДОУ «ЦРР– д/с №2 «Планета детства»

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

Старшая мед.сестра

Н.А.Фасхутдинова

Шеф-повар

Г.И.Нуретдинова