Меню на 13 ноября 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 1 до 3 лет.

Пятница						
Завтрак						
Наименование блюда	**Вес блюда**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**	**№ рецептуры**
Суп молочный с макаронными изделиями	*/160*	*7,1*	*6,5*	*23,5*	*181,5*	*№ 93*
Бутерброд с сыром	*40*	*5,61*	*8,15*	*17,25*	*164,74*	*№ 3*
Какао с молоком	*172*	*1,7*	*3,19*	*8,16*	*67,94*	*№ 336*
Итого за завтрак	***445***	***14,41***	***17,84***	***48,91***	***414,18***	
II Завтрак						
Кефир	*120*	*3,48*	*3,84*	*12,8*	*70,8*	*№ 251*
Итого за II завтрак	***150***	***3,48***	***3,84***	***12,8***	***70,8***	
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной	*/150/5*	*3,24*	*3,5*	*11,3*	*89,7*	*№ 76,138*
Птица, тушеная в соусе с овощами	*170*	*7,82*	*5,78*	*15,47*	*145,18*	*№ 302*
Свекла отварная	*30*	*1,56*	*1,22*	*2,11*	*11,28*	*№ 310*
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	*/150*	*0,14*	*0,1*	*21,7*	*88,2*	*№ 372*
Хлеб ржано-пшеничный	*30*	*1,98*	*0,3*	*12,07*	*57*	*№ 1*
Итого за обед	***660***	***14,74***	***10,9***	***62,65***	***391,36***	
Полдник						
Пирожки печеные с капустой и яйцом	*60*	*3,9*	*5,48*	*18,15*	*139,5*	*№ 454*
Молоко кипяченое	*110*	*2,85*	*2,45*	*4,74*	*53,18*	*№ 400*
Итого за полдник	***210***	***6,75***	***7,93***	***22,89***	***192,68***	
Итого за день	***1465***	***39,38***	***40,51***	***147,25***	***1069***	

Меню на 13 ноября 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"
возрастная группа от 3 до 7 лет.

Пятница						
Завтрак						
Наименование блюда	**Вес блюда**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**	**№ рецептуры**
Суп молочный с макаронными изделиями	*/200*	*7,1*	*6,5*	*23,5*	*181,5*	*№ 93*
Бутерброд с сыром	*45*	*6,31*	*9,17*	*19,41*	*185,33*	*№ 3*
Какао с молоком	*216*	*2,14*	*4,01*	*10,25*	*85,32*	*№ 336*
Итого за завтрак	***445***	***15,55***	***19,68***	***53,16***	***452,15***	
II Завтрак						
Кефир	*150*	*4,35*	*4,8*	*16*	*88,5*	*№ 251*
Итого за II завтрак	***150***	***4,35***	***4,8***	***16***	***88,5***	
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной	*/180/8*	*3,24*	*3,5*	*11,3*	*89,7*	*№ 76,138*
Птица, тушеная в соусе с овощами	*200*	*9,2*	*6,8*	*18,2*	*170,8*	*№ 302*
Свекла отварная	*50*	*2,6*	*2,04*	*3,52*	*18,8*	*№ 310*
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	*/180*	*0,14*	*0,1*	*21,7*	*88,2*	*№ 372*
Хлеб ржано-пшеничный	*38*	*2,51*	*0,37*	*15,29*	*72,2*	*№ 1*
Итого за обед	***660***	***17,69***	***12,81***	***70,01***	***439,7***	
Полдник						
Пирожки печеные с капустой и яйцом	*79*	*5,14*	*7,21*	*23,9*	*183,68*	*№ 454*
Молоко кипяченое	*130*	*3,37*	*2,9*	*5,6*	*62,85*	*№ 400*
Итого за полдник	***210***	***8,51***	***10,11***	***29,5***	***246,53***	
Итого за день	***1465***	***46,1***	***47,4***	***168,67***	***1226,9***	