

Меню на 14 сентября 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 1 до 3 лет.

Понедельник						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	/150/3	4,98	5,69	21,1	153	№ 99
Бутерброд с маслом	33	2,06	2,89	13,45	43,73	№ 1
Чай с сахаром	/170	0,05	0,01	8,39	33,6	№ 392
Итого за завтрак	394	7,09	8,59	42,94	230,33	
II Завтрак						
Сок в ассортименте	129	0,81	0,24	13,4	116,1	№ 399
Итого за II завтрак	180	0,81	0,24	13,4	116,1	
Обед						
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	/155	4,09	4,51	11,98	107	№ 63
Рагу из овощей	110	1,83	8,43	8,8	114,4	№ 137,348
Котлета "Улыбка"	70	2,63	7,55	5,25	126,88	№ 30
Огурец соленый	32	0,2		0,63	3,58	№ 70
Компот из сухофруктов (Витаминизированный)	/150					
Хлеб ржано-пшеничный	29	1,57	0,24	9,41	44,71	
Итого за обед	705	10,32	20,73	36,07	396,57	
Полдник						
Манник	69	3,36	3,58	30,04	160,1	№ 274
Чай с лимоном	/150	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	265	3,44	3,59	38,56	194,9	
Итого за день	1544	21,66	33,15	130,97	937,9	

Меню на 14 сентября 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 3 до 7 лет.

Понедельник						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	/170/4	4,98	5,69	21,1	153	№ 99
Бутерброд с маслом	39	2,44	3,41	15,89	51,68	№ 1
Чай с сахаром	/200	0,05	0,01	8,39	33,6	№ 392
Итого за завтрак	394	7,47	9,11	45,38	238,28	
II Завтрак						
Сок в ассортименте	154	0,97	0,29	16	138,6	№ 399
Итого за II завтрак	180	0,97	0,29	16	138,6	
Обед						
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	/188	4,09	4,51	11,98	107	№ 63
Рагу из овощей	150	2,5	11,5	12	156	№ 137,348
Котлета "Улыбка"	80	3	8,63	6	145	№ 30
Огурец соленый	54	0,35		1,06	6,05	№ 70
Компот из сухофруктов (Витаминизированный)	/200					
Хлеб ржано-пшеничный	37	2	0,3	12,01	57,04	
Итого за обед	705	11,94	24,94	43,05	471,09	
Полдник						
Манник	83	4,04	4,31	36,13	192,59	№ 274
Чай с лимоном	/180	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	265	4,12	4,32	44,65	227,39	
Итого за день	1544	24,5	38,66	149,08	1075,4	