Меню на 17 ноября 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 1 до 3 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
Вторник						
Завтрак						
Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	*/150*	*3,15*	*3,89*	*22,8*	*130*	*№ 185*
Бутерброд с сыром	*41*	*5,75*	*8,35*	*17,68*	*168,86*	*№ 3*
Кофейный напиток с молоком	*/160*	*2,85*	*2,41*	*14,36*	*91*	*№ 395*
Итого за завтрак	***405***	***11,75***	***14,65***	***54,84***	***389,86***	
II Завтрак						
Апельсин	*95*	*0,81*	*0,35*	*26,52*	*62,53*	*№ 371*
Итого за II завтрак	***100***	***0,81***	***0,35***	***26,52***	***62,53***	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	*/150*	*8,33*	*6,33*	*12,9*	*145,25*	*№ 67*
Каша рисовая рассыпчатая	*109*	*2,41*	*4,02*	*24,63*	*146,9*	*№ 314*
Шницель рубленый	*50*	*6,66*	*4,93*	*6,71*	*98*	*№ 282*
Икра свекольная	*29*	*0,52*	*1,33*	*2,84*	*26,33*	*№ 54*
Напиток из шиповника	*/150*	*0,56*	*0,23*	*17,9*	*87*	*№ 533*
Хлеб ржано-пшеничный	*30*	*1,62*	*0,24*	*9,74*	*46,25*	
Итого за обед	***667***	***20,1***	***17,08***	***74,72***	***549,73***	
Полдник						
Омлет натуральный с маслом	*129*	*7,72*	*7,31*	*6,45*	*135,02*	*№ 42*
Хлеб пшеничный	*20*	*2,25*	*0,15*	*15*	*71,1*	*№ 2*
Чай с сахаром	*/160*	*0,04*	*0,01*	*8,15*	*32,65*	*№ 392*
Итого за полдник	***370***	***10,01***	***7,47***	***29,6***	***238,77***	
Итого за день	***1542***	***42,67***	***39,55***	***185,68***	***1240,9***	

Меню на 17 ноября 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 3 до 7 лет.

Вторник						
Завтрак						
Наименование блюда	***Вес блюда***	***Белки***	***Жиры***	***Углеводы***	***Ккал***	***№ рецептуры***
Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	*/160*	*3,15*	*3,89*	*22,8*	*130*	*№ 185*
Бутерброд с сыром	*46*	*6,45*	*9,37*	*19,84*	*189,45*	*№ 3*
Кофейный напиток с молоком	*/200*	*2,85*	*2,41*	*14,36*	*91*	*№ 395*
Итого за завтрак	***405***	***12,45***	***15,67***	***57***	***410,45***	
II Завтрак						
Апельсин	*100*	*0,85*	*0,37*	*27,92*	*65,82*	*№ 371*
Итого за II завтрак	***100***	***0,85***	***0,37***	***27,92***	***65,82***	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	*/200*	*8,33*	*6,33*	*12,9*	*145,25*	*№ 67*
Каша рисовая рассыпчатая	*130*	*2,88*	*4,8*	*29,38*	*175,2*	*№ 314*
Шницель рубленый	*70*	*9,33*	*6,9*	*9,4*	*137,2*	*№ 282*
Икра свекольная	*48*	*0,86*	*2,21*	*4,7*	*43,58*	*№ 54*
Напиток из шиповника	*/180*	*0,56*	*0,23*	*17,9*	*87*	*№ 533*
Хлеб ржано-пшеничный	*37*	*2*	*0,3*	*12,01*	*57,04*	
Итого за обед	***667***	***23,96***	***20,77***	***86,29***	***645,27***	
Полдник						
Омлет натуральный с маслом	*149*	*8,92*	*8,44*	*7,45*	*155,95*	*№ 42*
Хлеб пшеничный	*20*	*2,25*	*0,15*	*15*	*71,1*	*№ 2*
Чай с сахаром	*/200*	*0,04*	*0,01*	*8,15*	*32,65*	*№ 392*
Итого за полдник	***370***	***11,21***	***8,6***	***30,6***	***259,7***	
Итого за день	***1542***	***48,47***	***45,41***	***201,81***	***1381,2***	