

Меню на 2 марта 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	124	0,78	0,23	12,88	111,6	№ 399
Итого за II завтрак	180	0,78	0,23	12,88	111,6	
Обед						
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	/155	4,09	4,51	11,98	107	№ 63
Рагу из овощей	108	1,8	8,28	8,64	112,32	№ 137,348
Котлета "Улыбка"	70	2,63	7,55	5,25	126,88	№ 30
Огурец соленый	26	0,17		0,51	2,91	№ 70
Компот из сухофруктов (Витаминизированный)	/150					
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,62	0,24	9,74	46,25	
Итого за обед	705	10,31	20,58	36,12	395,36	
Полдник						
Манник	70	3,54	3,75	31,42	168	№ 274
Чай с лимоном	/150	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	265	3,62	3,76	39,94	202,8	
Итого за день	1544	21,8	33,16	131,88	940,09	

Меню на 2 марта 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	40	2,5	3,5	16,3	53	№ 1
Чай с сахаром	/200	0,05	0,01	8,39	33,6	№ 392
Итого за завтрак	394	7,53	9,2	45,79	239,6	
II Завтрак						
Сок в ассортименте	149	0,94	0,28	15,48	134,1	№ 399
Итого за II завтрак	180	0,94	0,28	15,48	134,1	
Обед						
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	/188	4,09	4,51	11,98	107	№ 63
Рагу из овощей	147	2,45	11,27	11,76	152,88	№ 137,348
Котлета "Улыбка"	80	3	8,63	6	145	№ 30
Огурец соленый	43	0,28		0,84	4,82	№ 70
Компот из сухофруктов (Витаминизированный)	/200					
Хлеб ржано-пшеничный	37	2	0,3	12,01	57,04	
Итого за обед	705	11,82	24,71	42,59	466,74	
Полдник						
Манник	79	4	4,23	35,46	189,6	№ 274
Чай с лимоном	/180	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	265	4,08	4,24	43,98	224,4	
Итого за день	1544	24,37	38,43	147,84	1064,8	