

Меню на 20 апреля 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 1 до 3 лет.

Суббота						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
Каша пшенинная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	/150/3	6,31	7,28	25,44	191,64	№ 96
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	405	8,42	10,18	47,28	268,97	
II Завтрак						
Сок в ассортименте	125	0,78	0,24	12,99	112,5	№ 399
Итого за II завтрак	180	0,78	0,24	12,99	112,5	
Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	/150/15	7	4,7	13,8	126,4	82/121
Каша рисовая рассычатая	91	2,02	3,36	20,57	122,64	№ 314
Шницель рубленый	49	2,31	7,14	34,65	213,15	№ 183
Капуста тушеная	30	0,47	0,89	2,28	18,96	№ 70
Напиток из шиповника	/150	0,56	0,23	17,9	87	№ 533
Хлеб ржано-пшеничный	29	1,57	0,24	9,41	44,71	
Итого за обед	647	13,93	16,56	98,61	612,86	
Полдник						
Булочка дорожная	59	3,69	7,64	24,82	171,69	№ 470
Чай с лимоном	/150	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	260	3,77	7,65	33,34	206,49	
Итого за день	1492	26,9	34,63	192,22	1200,8	

Меню на 20 апреля 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 пшеничная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	/180/5	6,31	7,28	25,44	191,64	№ 96
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	405	8,86	10,79	50,13	278,24	
II Завтрак						
Сок в ассортименте	151	0,95	0,29	15,69	135,9	№ 399
Итого за II завтрак	180	0,95	0,29	15,69	135,9	
Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	/155/25	7	4,7	13,8	126,4	82/121
Каша рисовая рассыпчатая	105	2,33	3,88	23,73	141,51	№ 314
Шницель рубленый	68	3,21	9,91	48,09	295,8	№ 183
Капуста тушеная	51	0,81	1,51	3,88	32,23	№ 70
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	647	15,91	20,53	119,41	739,98	
Полдник						
Булочка дорожная	78	4,88	10,1	32,82	226,98	№ 470
Чай с лимоном	/180	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	260	4,96	10,11	41,34	261,78	
Итого за день	1492	30,68	41,72	226,57	1415,9	