

Меню на 23 декабря 2024 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	/160/3	4,98	5,69	21,1	153	№ 99
Бутерброд с маслом	33	1,89	3,93	9,98	82,89	№ 1
Чай с сахаром	/160	0,04	0,01	8,15	32,65	№ 392
Итого за завтрак	437	6,91	9,63	39,23	268,54	
II Завтрак						
Сок фруктовый 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						
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	/150/5	4,09	4,51	11,98	107	№ 63
Рагу из овощей	109	1,89	8,87	8,55	113,36	№ 137
Котлета "Улыбка"	70	2,63	7,55	5,25	126,88	№ 30
Огурец соленый	26	0,17		0,51	2,91	№ 70
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	/150	0,14	0,1	21,7	88,2	№ 372
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,15	15	71,1	№ 2
Итого за обед	698	11,17	21,18	62,99	509,45	
Полдник						
Манник	73	3,63	3,92	32,81	174,86	№ 274
Чай с лимоном	/150	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	265	3,71	3,93	41,33	209,66	
Итого за день	1580	22,57	34,98	156,54	1100,2	

Меню на 23 декабря 2024 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	/190/5	4,98	5,69	21,1	153	№ 99
Бутерброд с маслом	42	2,4	5	12,7	105,5	№ 1
Чай с сахаром	/200	0,04	0,01	8,15	32,65	№ 392
Итого за завтрак	437	7,42	10,7	41,95	291,15	
II Завтрак						
Сок фруктовый в ассортименте	150	0,94	0,28	15,58	135	№ 399
Итого за II завтрак	180	0,94	0,28	15,58	135	
Обед						
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	/200/8	4,09	4,51	11,98	107	№ 63
Рагу из овощей	149	2,58	12,12	11,69	154,96	№ 137
Котлета "Улыбка"	80	3	8,63	6	145	№ 30
Огурец соленый	44	0,28		0,86	4,93	№ 70
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	/180	0,14	0,1	21,7	88,2	№ 372
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,15	15	71,1	№ 2
Итого за обед	698	12,34	25,51	67,23	571,19	
Полдник						
Манник	82	4,08	4,4	36,85	196,41	№ 274
Чай с лимоном	/180	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	265	4,16	4,41	45,37	231,21	
Итого за день	1580	24,86	40,9	170,13	1228,6	

