

Меню на 25 февраля 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 1 до 3 лет.

Среда						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
Каша жидкая рисовая	/150/3	6,3	5,13	31,6	190	№ 185
Бутерброд с повидлом	34	1,17	1,84	13,53	73,44	№ 2
Чай с молоком	/160					
Итого за завтрак	405	7,47	6,97	45,13	263,44	
II Завтрак						
Печенье сахарное	10	0,57	0,74	5,58	31,28	
Ряженка	109	3,79	4,19	5,23	77,2	№ 251
Итого за II завтрак	170	4,36	4,93	10,81	108,45	
Обед						
Суп – лапша домашняя на курином бульоне	/170	3,84	4,68	19,49	134,58	86/108/118
Птица, тушеная в соусе с овощами	168	7,73	5,71	15,29	143,47	№ 302
Салат из горошка зеленого консервированного	23	0,55	0,95	1,15	14,97	№ 10
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	/150	0,14	0,1	21,7	88,2	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,62	0,24	9,74	46,25	
Итого за обед	667	13,88	11,68	67,37	427,47	
Полдник						
Пирожки печеные с морковью и яйцом	59	3,29	2,28	19,22	111,26	№ 454
Сок в ассортименте	136	0,6		12,97	54,51	№ 399
Итого за полдник	250	3,89	2,28	32,19	165,77	
Итого за день	1492	29,6	25,86	155,5	965,13	

Меню на 25 февраля 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 3 до 7 лет.

Среда						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
Каша жидкая рисовая	/150/5	6,3	5,13	31,6	190	№ 185
Бутерброд с повидлом	45	1,55	2,43	17,91	97,2	№ 2
Чай с молоком	/200					
Итого за завтрак	405	7,85	7,56	49,51	287,2	
II Завтрак						
Печенье сахарное	20	1,13	1,47	11,16	62,55	
Ряженка	137	4,77	5,26	6,58	97	№ 251
Итого за II завтрак	170	5,9	6,73	17,74	159,55	
Обед						
Суп – лапша домашняя на курином бульоне	/200	3,84	4,68	19,49	134,58	86/108/118
Птица, тушеная в соусе с овощами	198	9,11	6,73	18,02	169,09	№ 302
Салат из горошка зеленого консервированного	38	0,91	1,57	1,9	24,73	№ 10
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	/180	0,14	0,1	21,7	88,2	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	37	2	0,3	12,01	57,04	
Итого за обед	667	16	13,38	73,12	473,64	
Полдник						
Пирожки печеные с морковью и яйцом	70	3,9	2,7	22,8	132	№ 454
Сок в ассортименте	153	0,68		14,59	61,33	№ 399
Итого за полдник	250	4,58	2,7	37,39	193,33	
Итого за день	1492	34,33	30,37	177,76	1113,7	