

Меню на 25 ноября 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 вязкая ячневая на сгущенном молоке	/160/3	1,49	2,56	8,83	69,42	№ 206
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	372	3,42	6,5	26,96	184,96	
II Завтрак						
Сок фруктовый в ассортименте	131	0,82	0,25	13,61	117,9	№ 399
Итого за II завтрак	180	0,82	0,25	13,61	117,9	
Обед						
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	/150/5	4,09	4,51	11,98	107	№ 63
Рагу из овощей	120	1,92	9,05	10,8	132,74	№ 137
Котлета "Улыбка"	65	2,44	7,01	4,88	117,81	№ 30
Огурец соленый	25	0,16		0,49	2,8	№ 70
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	/150	0,14	0,1	21,7	88,2	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	29	1,92	0,29	11,67	55,1	№ 1
Итого за обед	690	10,67	20,96	61,52	503,65	
Полдник						
Манник	71	3,53	3,81	31,91	170,07	№ 274
Чай с лимоном	/150	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	265	3,61	3,82	40,43	204,87	
Итого за день	1507	18,52	31,53	142,52	1011,4	

Меню на 25 ноября 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 вязкая ячневая на сгущенном молоке	/190/5	1,49	2,56	8,83	69,42	№ 206
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	372	3,93	7,57	29,68	207,57	
II Завтрак						
Сок фруктовый в ассортименте	157	0,99	0,3	16,31	141,3	№ 399
Итого за II завтрак	180	0,99	0,3	16,31	141,3	
Обед						
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	/200/8	4,09	4,51	11,98	107	№ 63
Рагу из овощей	130	2,08	9,8	11,7	143,8	№ 137
Котлета "Улыбка"	74	2,78	7,98	5,55	134,13	№ 30
Огурец соленый	42	0,27		0,82	4,7	№ 70
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	/180	0,14	0,1	21,7	88,2	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,36	14,49	68,4	№ 1
Итого за обед	690	11,74	22,75	66,24	546,23	
Полдник						
Манник	80	3,98	4,29	35,95	191,62	№ 274
Чай с лимоном	/180	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	265	4,06	4,3	44,47	226,42	
Итого за день	1507	20,72	34,92	156,7	1121,5	