

**Меню на 27 января 2025 г.**

**МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"**

**возрастная группа от 1 до 3 лет.**

<b>Пятница</b>						
<b>Завтрак</b>						
<b>Наименование блюда</b>	<b>Вес блюда</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал</b>	<b>№ рецептуры</b>
Каша пшеничная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	/150/3	6,31	7,28	25,44	191,64	№ 96
Бутерброд с маслом	34	1,94	4,05	10,28	85,4	№ 1
Чай с сахаром	/160	0,04	0,01	8,15	32,65	№ 392
<b>Итого за завтрак</b>	<b>447</b>	<b>8,29</b>	<b>11,34</b>	<b>43,87</b>	<b>309,69</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Сок фруктовый в ассортименте	136	0,85	0,26	14,13	122,4	№ 399
<b>Итого за II завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,85</b>	<b>0,26</b>	<b>14,13</b>	<b>122,4</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	/150/15	7	4,7	13,8	126,4	82/121
Капуста тушеная	120	2,32	3,84	10,58	88,24	№ 336
Котлета "Улыбка"	63	2,36	6,8	4,73	114,19	№ 30
Салат из горошка зеленого консервированного	20	0,48	0,82	1	13,02	№ 10
Компот из апельсинов	/150	0,41	0,09	30,6	124,74	№ 374
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,3	12,07	57	№ 1
<b>Итого за обед</b>	<b>682</b>	<b>14,55</b>	<b>16,55</b>	<b>72,78</b>	<b>523,59</b>	
<b>Полдник</b>						
Манник	69	3,43	3,7	31,01	165,28	№ 274
Соус фруктовый	13	0,33	0,03	4,65	19,98	№ 119
Чай с лимоном	/150	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
<b>Итого за полдник</b>	<b>280</b>	<b>3,84</b>	<b>3,74</b>	<b>44,18</b>	<b>220,06</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1589</b>	<b>27,53</b>	<b>31,89</b>	<b>174,96</b>	<b>1175,7</b>	

## Меню на 27 января 2025 г.

### МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр" возрастная группа от 3 до 7 лет.

<b>Пятница</b>						
<b>Завтрак</b>						
<b>Наименование блюда</b>	<b>Вес блюда</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал</b>	<b>№ рецептуры</b>
Каша пшенная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	/200/5	6,31	7,28	25,44	191,64	№ 96
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
<b>Итого за завтрак</b>	<b>447</b>	<b>8,75</b>	<b>12,29</b>	<b>46,29</b>	<b>329,79</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Сок фруктовый в ассортименте	163	1,02	0,31	16,93	146,7	№ 399
<b>Итого за II завтрак</b>	<b>180</b>	<b>1,02</b>	<b>0,31</b>	<b>16,93</b>	<b>146,7</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	/155/25	7	4,7	13,8	126,4	82/121
Капуста тушеная	150	2,9	4,8	13,23	110,3	№ 336
Котлета "Улыбка"	72	2,7	7,77	5,4	130,5	№ 30
Салат из горошка зеленого консервированного	33	0,79	1,36	1,65	21,48	№ 10
Компот из апельсинов	/180	0,41	0,09	30,6	124,74	№ 374
Хлеб ржано-пшеничный	37	2,45	0,37	14,89	70,3	№ 1
<b>Итого за обед</b>	<b>682</b>	<b>16,25</b>	<b>19,09</b>	<b>79,57</b>	<b>583,72</b>	
<b>Полдник</b>						
Манник	77	3,83	4,13	34,6	184,44	№ 274
Соус фруктовый	13	0,33	0,03	4,65	19,98	№ 119
Чай с лимоном	/180	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
<b>Итого за полдник</b>	<b>280</b>	<b>4,24</b>	<b>4,17</b>	<b>47,77</b>	<b>239,22</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1589</b>	<b>30,26</b>	<b>35,86</b>	<b>190,56</b>	<b>1299,4</b>	