

Меню на 28 апреля 2025 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	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
Макаронный изделия отварные с маслом сливочным	70	2,51	11,91	15,03	177,18	№ 137,348
Тефтели в соусе сметанном с томатом	57	3,92	4,83	5,91	85,5	№ 278,331
Икра морковная	29	0,52	1,86	2,58	29,93	№ 328
Напиток из шиповника	/150	0,56	0,23	17,9	87	№ 533
Хлеб ржано-пшеничный	31	2,05	0,31	12,47	58,9	№ 1
Итого за обед	660	13,65	23,65	65,87	545,51	
Полдник						
Пудинг из творога с яблоками	66	7,38	6,24	8,67	159,46	№ 238
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
Итого за полдник	295	7,79	6,28	21,84	214,24	
Итого за день	1572	29,17	39,81	140,55	1146,2	

Меню на 28 апреля 2025 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 150/200	/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	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
Макаронный изделия отварные с маслом сливочным	100	3,59	17,01	21,47	253,11	№ 137,348
Тефтели в соусе сметанном с томатом	76	5,23	6,44	7,89	114	№ 278,331
Икра морковная	48	0,86	3,07	4,26	49,54	№ 328
Напиток из шиповника	/180	0,56	0,23	17,9	87	№ 533
Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,37	15,29	72,2	№ 1
Итого за обед	660	16,84	31,63	78,79	682,85	
Полдник						
Пудинг из творога с яблоками	83	9,28	7,84	10,9	200,53	№ 238
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
Итого за полдник	295	9,69	7,88	24,07	255,31	
Итого за день	1572	34,94	50,51	161,12	1370,6	