

Меню на 28 октября 2025 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 1до 3 лет.

Вторник						
Завтрак						
<i>Наименование блюда</i>	<i>Вес блюда</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>Ккал</i>	<i>№ рецептуры</i>
Суп молочный с макаронными изделиями	/160	5,11	4,68	16,92	130,68	№ 493
Бутерброд с сыром	40	5,61	8,15	17,25	164,74	№ 3
Какао с молоком	152	1,5	2,82	7,21	60,04	№ 336
Итого за завтрак	425	12,22	15,65	41,38	355,46	
II Завтрак						
Яблоко	143	8,33	6,33	12,9	145,25	№ 67
Итого за II завтрак	200	8,33	6,33	12,9	145,25	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	/150	8,33	6,33	12,9	145,25	№ 67
Картофельное пюре	109	1,9	3,27	11,34	89,38	№ 206
Тефтели с сметанно-томатным соусом	58	3,75	4,15	4,93	74,68	№ 278,331
Икра свекольная	28	0,5	1,29	2,74	25,42	№ 54
Компот из изюма (Витаминизированный)	/150					
Хлеб ржано-пшеничный	29	1,57	0,24	9,41	44,71	
Итого за обед	697	16,05	15,28	41,32	379,44	
Полдник						
Запеканка из творога с манной крупой	59	8,28	5,69	8,09	116,58	№ 237
Соус фруктовый	18	0,22	0,02	3,02	12,96	№ 119
Чай с сахаром	/160	0,04	0,01	8,15	32,65	№ 392
Итого за полдник	310	8,54	5,72	19,26	162,19	
Итого за день	1632	45,14	42,98	114,86	1042,3	

Меню на 28 октября 2025 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 3 до 7 лет.

Вторник						
Завтрак						
<i>Наименование блюда</i>	<i>Вес блюда</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>Ккал</i>	<i>№ рецептуры</i>
Суп молочный с макаронными изделиями	/180	5,11	4,68	16,92	130,68	№ 493
Бутерброд с сыром	45	6,31	9,17	19,41	185,33	№ 3
Какао с молоком	188	1,86	3,49	8,92	74,26	№ 336
Итого за завтрак	425	13,28	17,34	45,25	390,27	
II Завтрак						
Яблоко	172	8,33	6,33	12,9	145,25	№ 67
Итого за II завтрак	200	8,33	6,33	12,9	145,25	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	/200	8,33	6,33	12,9	145,25	№ 67
Картофельное пюре	149	2,6	4,47	15,5	122,18	№ 206
Тефтели с сметанно-томатным соусом	77	4,98	5,52	6,55	99,14	№ 278,331
Икра свекольная	48	0,86	2,21	4,7	43,58	№ 54
Компот из изюма (Витаминизированный)	/180					
Хлеб ржано-пшеничный	36	1,95	0,29	11,69	55,5	
Итого за обед	697	18,72	18,82	51,34	465,65	
Полдник						
Запеканка из творога с манной крупой	98	13,75	9,45	13,45	193,65	№ 237
Соус фруктовый	12	0,14	0,01	2,02	8,64	№ 119
Чай с сахаром	/200	0,04	0,01	8,15	32,65	№ 392
Итого за полдник	310	13,93	9,47	23,62	234,94	
Итого за день	1632	54,26	51,96	133,11	1236,1	