

Меню на 4 сентября 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 1 до 3 лет.

Пятница						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
Каша жидкая манная	/130	3,67	3,3	17,56	114,52	№ 54
Бутерброд с сыром	41	5,75	8,35	17,68	168,86	№ 3
Какао с молоком	159	1,57	2,95	7,54	62,81	№ 336
Итого за завтрак	395	10,99	14,6	42,78	346,19	
II Завтрак						
Кефир	120	3,48	3,84	12,8	70,8	№ 251
Итого за II завтрак	150	3,48	3,84	12,8	70,8	
Обед						
Рассольник домашний на м/к бульоне со сметаной	/150	1,4	3,4	9,7	75	№ 76
Каша рассыпчатая гречневая	109	3,61	3,04	15,57	104,02	№ 54
Биточки рубленые	60	8,35	5,68	5,21	111,75	№ 289
Помидор свежий	11	0,09	0,02	0,3	1,98	№ 69
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	697	15,21	12,48	62,22	427,2	
Полдник						
Ватрушка королевская с творогом	69	28,29	10,87	17,47	178,54	№ 59
Чай с лимоном	/150	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	260	28,37	10,88	25,99	213,34	
Итого за день	1502	58,05	41,8	143,79	1057,5	

Меню на 4 сентября 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 3 до 7 лет.

Пятница						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
Каша жидкая манная	/150	3,67	3,3	17,56	114,52	№ 54
Бутерброд с сыром	46	6,45	9,37	19,84	189,45	№ 3
Какао с молоком	198	1,96	3,67	9,4	78,21	№ 336
Итого за завтрак	395	12,08	16,34	46,8	382,18	
II Завтрак						
Кефир	150	4,35	4,8	16	88,5	№ 251
Итого за II завтрак	150	4,35	4,8	16	88,5	
Обед						
Рассольник домашний на м/к бульоне со сметаной	/200	1,4	3,4	9,7	75	№ 76
Каша рассыпчатая гречневая	138	4,57	3,84	19,71	131,7	№ 54
Биточки рубленые	80	11,13	7,57	6,94	149	№ 289
Помидор свежий	23	0,19	0,04	0,63	4,14	№ 69
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	697	19,43	15,25	70,69	505,08	
Полдник						
Ватрушка королевская с творогом	78	31,98	12,29	19,74	201,83	№ 59
Чай с лимоном	/180	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Итого за полдник	260	32,06	12,3	28,26	236,63	
Итого за день	1502	67,92	48,69	161,75	1212,4	