

Меню на 6 февраля 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
Суп молочный с макаронными изделиями	/160	5,11	4,68	16,92	130,68	№ 493
Бутерброд с сыром	41	5,75	8,35	17,68	168,86	№ 3
Какао с молоком	157	1,55	2,91	7,45	62,02	№ 336
Итого за завтрак	425	12,41	15,94	42,05	361,56	
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 ленинградский со сметаной	/150/5	3,24	3,5	11,3	89,7	№ 76,138
Каша рассыпчатая гречневая	109	3,89	3,27	16,77	112,02	№ 54
Биточки рубленые	60	8,35	5,68	5,21	111,75	№ 289
Свекла отварная	30	1,56	1,22	2,11	11,28	№ 310
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	/150	0,14	0,1	21,7	88,2	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	31	1,68	0,25	10,06	47,79	
Итого за обед	665	18,86	14,02	67,15	460,74	
Полдник						
Пирожки печенные с капустой и яйцом	60	3,9	5,48	18,15	139,5	№ 454
Сок в ассортименте	127	0,8	0,24	13,19	114,3	№ 399
Итого за полдник	260	4,7	5,72	31,34	253,8	
Итого за день	1500	39,45	39,52	153,34	1146,9	

Меню на 6 февраля 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
Суп молочный с макаронными изделиями	/180	5,11	4,68	16,92	130,68	№ 493
Бутерброд с сыром	46	6,45	9,37	19,84	189,45	№ 3
Какао с молоком	197	1,95	3,65	9,35	77,82	№ 336
Итого за завтрак	425	13,51	17,7	46,11	397,95	
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 ленинградский со сметаной	/180/8	3,24	3,5	11,3	89,7	№ 76,138
Каша рассыпчатая гречневая	129	4,6	3,87	19,85	132,57	№ 54
Биточки рубленые	80	11,13	7,57	6,94	149	№ 289
Свекла отварная	50	2,6	2,04	3,52	18,8	№ 310
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	/180	0,14	0,1	21,7	88,2	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	38	2,05	0,31	12,33	58,58	
Итого за обед	665	23,76	17,39	75,64	536,85	
Полдник						
Пирожки печенные с капустой и яйцом	79	5,14	7,21	23,9	183,68	№ 454
Сок в ассортименте	152	0,95	0,29	15,79	136,8	№ 399
Итого за полдник	260	6,09	7,5	39,69	320,48	
Итого за день	1500	47,71	47,39	177,44	1343,8	