

**Меню на 6 марта 2025 г.**

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

**возрастная группа от 1 до 3 лет.**

<b>Четверг</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 жидкая пшеничная с маслом сливочным	/150/3	3,15	3,89	22,8	130	№ 185
Бутерброд с маслом	33	1,89	3,93	9,98	82,89	№ 1
Кофейный напиток с молоком	/160	2,85	2,41	14,36	91	№ 395
<b>Итого за завтрак</b>	<b>387</b>	<b>7,89</b>	<b>10,23</b>	<b>47,14</b>	<b>303,89</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Бифидок	111	3,22	3,55	11,84	65,49	№ 251
<b>Итого за II завтрак</b>	<b>150</b>	<b>3,22</b>	<b>3,55</b>	<b>11,84</b>	<b>65,49</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с рыбой	/150	22,44	6,32	16,2	211,71	№ 73
Картофельное пюре	108	1,24	2,13	7,34	57,67	№ 206
Шницель рыбный натуральный	47	8,39	2,48	5,44	78,02	№ 258
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	29	1,92	0,29	11,67	55,1	№ 1
<b>Итого за обед</b>	<b>652</b>	<b>35,07</b>	<b>13,31</b>	<b>61,13</b>	<b>519,43</b>	
<b>Полдник</b>						
Пирожки печенье с капустой и яйцом	59	3,41	4,79	15,86	121,93	№ 454
Компот из кураги (Витаминизированный)	/150	0,14	0,12	21,72	88,2	№ 376
<b>Итого за полдник</b>	<b>270</b>	<b>3,55</b>	<b>4,91</b>	<b>37,58</b>	<b>210,13</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1459</b>	<b>49,73</b>	<b>32</b>	<b>157,69</b>	<b>1098,9</b>	

**Меню на 6 марта 2025 г.**

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

<b>Четверг</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 жидкая пшеничная с маслом сливочным	/160/5	3,15	3,89	22,8	130	№ 185
Бутерброд с маслом	42	2,4	5	12,7	105,5	№ 1
Кофейный напиток с молоком	/180	2,85	2,41	14,36	91	№ 395
<b>Итого за завтрак</b>	<b>387</b>	<b>8,4</b>	<b>11,3</b>	<b>49,86</b>	<b>326,5</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Бифидок	128	3,71	4,1	13,65	75,52	№ 251
<b>Итого за II завтрак</b>	<b>150</b>	<b>3,71</b>	<b>4,1</b>	<b>13,65</b>	<b>75,52</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с рыбой	/180	22,44	6,32	16,2	211,71	№ 73
Картофельное пюре	128	1,47	2,52	8,69	68,35	№ 206
Шницель рыбный натуральный	66	11,79	3,49	7,64	109,56	№ 258
Икра морковная	47	0,85	3,01	4,17	48,5	№ 328
Напиток из шиповника	/180	0,56	0,23	17,9	87	№ 533
Хлеб ржано-пшеничный	37	2,45	0,37	14,89	70,3	№ 1
<b>Итого за обед</b>	<b>652</b>	<b>39,56</b>	<b>15,94</b>	<b>69,49</b>	<b>595,42</b>	
<b>Полдник</b>						
Пирожки печенье с капустой и яйцом	89	5,14	7,22	23,93	183,93	№ 454
Компот из кураги (Витаминизированный)	/180	0,14	0,12	21,72	88,2	№ 376
<b>Итого за полдник</b>	<b>270</b>	<b>5,28</b>	<b>7,34</b>	<b>45,65</b>	<b>272,13</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1459</b>	<b>56,95</b>	<b>38,68</b>	<b>178,65</b>	<b>1269,6</b>	