

Меню на 6 марта 2025 г.

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 1 до 3 лет.

Четверг						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
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
Итого за завтрак	387	7,89	10,23	47,14	303,89	
II Завтрак						
Бифидок	111	3,22	3,55	11,84	65,49	№ 251
Итого за II завтрак	150	3,22	3,55	11,84	65,49	
Обед						
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
Итого за обед	652	35,07	13,31	61,13	519,43	
Полдник						
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
Итого за полдник	270	3,55	4,91	37,58	210,13	
Итого за день	1459	49,73	32	157,69	1098,9	

Меню на 6 марта 2025 г.

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

Четверг						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
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
Итого за завтрак	387	8,4	11,3	49,86	326,5	
II Завтрак						
Бифидок	128	3,71	4,1	13,65	75,52	№ 251
Итого за II завтрак	150	3,71	4,1	13,65	75,52	
Обед						
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
Итого за обед	652	39,56	15,94	69,49	595,42	
Полдник						
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
Итого за полдник	270	5,28	7,34	45,65	272,13	
Итого за день	1459	56,95	38,68	178,65	1269,6	