

Меню на 8 мая 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 молочная кукурузная жидкая	/150	4,54	5,3	19,15	141	№ 161
Бутерброд с сыром	41	5,75	8,35	17,68	168,86	№ 3
Кофейный напиток с молоком	/160	2,85	2,41	14,36	91	№ 395
Итого за завтрак	445	13,14	16,06	51,19	400,86	
II Завтрак						
Ряженка	115	4	4,42	5,52	81,42	№ 251
Печенье сахарное	13	0,73	0,96	7,25	40,7	
Итого за II завтрак	170	4,73	5,38	12,77	122,08	
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной	/150/5	3,24	3,5	11,3	89,7	№ 76,138
Запеканка картофельная с фаршем мясная	118	12,47	12,23	14,08	217	№ 54
Соус сметанный	18	0,19	0,5	0,8	8,52	№ 354
Огурец свежий	18	0,92	3,36	4,69	54,18	№ 328
Чай с лимоном	/150	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Хлеб ржано-пшеничный	29	1,57	0,24	9,41	44,71	
Итого за обед	615	18,47	19,84	48,8	448,91	
Полдник						
Булочка «Домашняя»	48	2,34	3,12	11,31	92,12	№ 274
Сок в ассортименте	131	0,82	0,25	13,61	117,9	№ 399
Итого за полдник	260	3,16	3,37	24,92	210,02	
Итого за день	1490	39,5	44,65	137,68	1181,9	

Меню на 8 мая 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 молочная кукурузная жидкая	/200	4,54	5,3	19,15	141	№ 161
Бутерброд с сыром	46	6,45	9,37	19,84	189,45	№ 3
Кофейный напиток с молоком	/200	2,85	2,41	14,36	91	№ 395
Итого за завтрак	445	13,84	17,08	53,35	421,45	
II Завтрак						
Ряженка	143	4,98	5,49	6,86	101,24	№ 251
Печенье сахарное	26	1,47	1,91	14,51	81,32	
Итого за II завтрак	170	6,45	7,4	21,37	182,56	
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной	/180/8	3,24	3,5	11,3	89,7	№ 76,138
Запеканка картофельная с фаршем мясная	147	15,53	15,24	17,54	270,33	№ 54
Соус сметанный	36	0,37	1,01	1,6	17,04	№ 354
Огурец свежий	27	1,39	5,04	7,03	81,27	№ 328
Чай с лимоном	/180	0,08	0,01	8,52	34,8	№ 393
Хлеб ржано-пшеничный	36	1,95	0,29	11,69	55,5	
Итого за обед	615	22,56	25,09	57,68	548,64	
Полдник						
Булочка «Домашняя»	78	3,8	5,07	18,38	149,69	№ 274
Сок в ассортименте	158	0,99	0,3	16,41	142,2	№ 399
Итого за полдник	260	4,79	5,37	34,79	291,89	
Итого за день	1490	47,64	54,94	167,19	1444,5	