

Меню на 8 сентября 2026 г

МБДОУ "Детский сад №29 "Ший онгыр"

возрастная группа от 1 до 3 лет.

Вторник						
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	40	5,61	8,15	17,25	164,74	№ 3
Какао с молоком	157	1,55	2,91	7,45	62,02	№ 336
Итого за завтрак	425	12,27	15,74	41,62	357,44	
II Завтрак						
Яблоко	150	8,33	6,33	12,9	145,25	№ 67
Итого за II завтрак	200	8,33	6,33	12,9	145,25	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	/150	8,33	6,33	12,9	145,25	№ 67
Картофельное пюре	110	1,92	3,3	11,44	90,2	№ 206
Тефтели с сметано-томатным соусом	60	3,88	4,3	5,1	77,25	№ 278,331
Огурец свежий	10	0,06	0,02	0,23	1,05	№ 69
Компот из изюма (Витаминизированный)	/150					
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,62	0,24	9,74	46,25	
Итого за обед	707	15,81	14,19	39,41	360	
Полдник						
Запеканка из творога с манной крупой	60	8,42	5,78	8,23	118,56	№ 237
Соус фруктовый	12	0,14	0,01	2,02	8,64	№ 119
Чай с сахаром	/160	0,04	0,01	8,15	32,65	№ 392
Итого за полдник	310	8,6	5,8	18,4	159,85	
Итого за день	1642	45,01	42,06	112,33	1022,5	

Меню на 8 сентября 2026 г

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

Вторник						
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	45	6,31	9,17	19,41	185,33	№ 3
Какао с молоком	197	1,95	3,65	9,35	77,82	№ 336
Итого за завтрак	425	13,37	17,5	45,68	393,83	
II Завтрак						
Яблоко	180	8,33	6,33	12,9	145,25	№ 67
Итого за II завтрак	200	8,33	6,33	12,9	145,25	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	/200	8,33	6,33	12,9	145,25	№ 67
Картофельное пюре	150	2,62	4,5	15,6	123	№ 206
Тефтели с сметано-томатным соусом	80	5,17	5,73	6,8	103	№ 278,331
Огурец свежий	20	0,12	0,03	0,45	2,1	№ 69
Компот из изюма (Витаминизированный)	/180					
Хлеб ржано-пшеничный	37	2	0,3	12,01	57,04	
Итого за обед	707	18,24	16,89	47,76	430,39	
Полдник						
Запеканка из творога с манной крупой	99	13,89	9,54	13,58	195,62	№ 237
Соус фруктовый	8	0,1	0,01	1,34	5,76	№ 119
Чай с сахаром	/200	0,04	0,01	8,15	32,65	№ 392
Итого за полдник	310	14,03	9,56	23,07	234,03	
Итого за день	1642	53,97	50,28	129,41	1203,5	