

Утверждаю
заведующий МБДОУ
"Детский сад общеразвивающего вида № 102"
Хупенни Ю.В.

МЕНЮ
01 СЕНТЯБРЯ 2026 г.



№ ре- цеп- ту- ры	Наименование блюда	Выход		Химический состав								Энергетическая ценность, ккал		Витамин С, мг	
		Ясл и	Сад	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Ясли	Сад	Ясли	Сад		
				Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад						
ЗАВТРАК															
168	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	200	5,1	5,67	4,75	5,28	29,3	32,55	180	200	0	0		
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/7	40/8	1,71	3,06	5,28	9,43	10,23	18,27	133	170	0	0		
395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	200	1,95	2,85	1,66	2,41	8,85	11,96	58,33	91	0,81	0,97		
ИТОГО		372	448	8,76	11,58	11,69	17,12	48,38	62,78	371,33	461	0,81	0,97		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК															
368	ЯБЛОКО	95	100	0,38	0,40	0,38	0,40	9,31	9,80	41,8	44,00	9,5	10,00		
ОБЕД															
	СУП ХАРЧО С КУРИЦЕЙ	150	200	3,28	4,37	5,05	6,73	15,27	20,36	131,38	175,17	10,51	14,02		
276	ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	150	180	18,35	19,81	4,70	6,1	16,32	17,95	180	233,1	6,40	7,33		
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	60	0,28	0,42	0,04	0,06	0,76	1,14	4,52	6,78	1,96	2,94		
376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	200	0,33	0,44	0,015	0,02	20,82	27,76	84,75	113	0,30	0,4		
1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	50	1,78	2,6	0,41	0,6	15,18	22,14	73,37	106,66	0	0		
ИТОГО		530	690	24,02	27,64	10,22	13,51	68,35	89,35	474,02	634,71	19,17	24,69		
ПОЛДНИК															
	ПЕЧЕНЬЕ	50	60	3,75	4,5	4,9	5,88	37,2	44,64	208,5	250,2	0,00	0,00		
263	ЧАЙ	150	200	0,04	0,06	0,01	0,02	8,98	11,98	30,0	43,0	0,02	0,03		
ИТОГО		200	260	3,79	4,56	4,91	5,9	46,18	56,62	238,5	293,2	0,02	0,03		
УЖИН															
336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	200	19,7	19,7	15	15	13,65	13,65	269	269	4,72	4,72		
392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	0,06	0,06	0,02	0,02	11,1	11,1	28,0	44,44	0,02	0,03		
ИТОГО		400	400	19,76	19,76	15,02	15,02	24,75	24,75	297	313,44	4,74	4,75		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1597	1898	56,71	63,94	42,22	51,95	196,97	243,3	1422,65	1746,35	34,24	40,44		