

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



МЕНЮ 01 НОЯБРЯ 2025 г.

№ реце пту 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 ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	200	6,91	7,68	6,18	6,87	26,1	29	187,69	208,55	2,02	2,25
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	10,57	13,59	13,12	18,71	45,18	59,23	379,02	469,55	2,83	3,22
ОБЕД													
73	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	200	0,97	1,29	3,04	6,56	8,74	12,2	62	82,66	4,82	6,02
	ПЛОВ С МЯСОМ	180	200	4,49	4,51	10,9	11,47	4,33	4,43	255,0	265,93	0,90	1,0
376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	200	0,33	0,44	0,02	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		520	650	7,57	8,84	14,37	18,65	49,07	66,53	475,12	568,25	6,02	7,42
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													
317	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	180	5,50	6,6	4,57	5,48	26,44	31,72	168	201,6	0	0
	СЫР	20	25	3,48	5,8	5,9	7,38	0	0	72	90	0,14	0,18
392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	200	0,04	0,06	0,01	0,02	6,99	11,1	28,0	44,44	0,02	0,03
ИТОГО		320	405	9,02	12,46	10,48	12,88	33,43	42,82	268	336,04	0,16	0,21
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1412	1763	30,95	39,45	42,88	56,14	173,86	225,2	1360,64	1667,04	9,03	10,88