

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

МЕНЮ 02 АПРЕЛЯ 2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход		Химический состав						Энергетическая ценность, ккал		Витамин С, мг	
		Ясли	Сад	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Ясли	Сад	Ясли	Сад
				Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад				
ЗАВТРАК													
215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	200	17,67	17,67	34,34	34,34	3,54	3,54	367,61	367,61	0,34	0,34
	СЫР	20	25	3,48	5,8	5,9	7,38	0	0	72	90	0,14	0,18
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	412	473	24,81	29,38	47,18	53,56	22,62	33,77	630,94	718,61	1,29	1,49
ОБЕД													
73	РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150	200	0,97	1,29	3,04	6,56	8,74	12,2	62	82,66	4,82	6,02
	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ С КУРИЦЕЙ	150	180	12,06	14,47	12,07	14,49	15,41	18,49	239,57	287,48	38,18	45,81
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	490	630	15,14	18,8	15,54	21,67	60,15	80,59	459,69	589,8	43,3	52,23
ПОЛДНИК													
469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	60	3,64	4,3	6,26	7,51	26,96	32,35	179,0	214,8	0	0
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	200	260	3,68	4,36	6,27	7,53	33,95	43,45	207	259,24	0,02	0,03
УЖИН													
168	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	200	4,05	5,39	5,69	6,38	20,36	27,13	149,0	187,0	0	0
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	4,11	5,45	5,71	6,4	31,46	38,23	177	231,44	0,02	0,03
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1502	1763	47,74	57,99	74,7	89,16	148,18	196,04	1474,63	1799,09	44,63	53,78