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

МЕНЮ 02 МАЯ 2024 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													
317	**МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ**	150	180	5,50	6,6	4,57	5,48	26,44	31,72	168	201,6	0	0
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	50	0,43	0,54	2,12	2,12	2,78	3,47	28,08	35,1	3,46	4,32
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		340	430	7,88	9,99	8,35	10,01	38,07	47,15	254,41	327,7	4,27	5,29
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
368	**ЯБЛОКО**	100	150	0,40	0,60	0,40	0,60	9,80	14,7	44	66	10,00	15,0
ОБЕД													
81	СУП " МЕТЕЛИЦА" С МЯСОМ	150	200	7,19	9,58	7,98	10,64	16,6	22,13	162,73	216,97	3,1	4,13
24/1	**ПЛОВ С МЯСОМ**	180	200	4,49	4,51	10,9	1147	4,33	4,43	255,0	265,93	0,90	1,0
	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	50	60	1,55	1,86	0,1	0,12	3,25	3,9	20,0	24,0	5,0	6,0
376	**КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВ**	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		570	710	15,34	18,99	19,405	1158,38	60,18	80,36	595,85	726,56	9,3	11,53
ПОЛДНИК													
479	**ПЛЮШКА**	50	60	4,64	5,56	0,99	1,18	26,11	31,32	132,0	158,4	0,13	0,15
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	4,68	5,62	1	1,2	33,1	42,42	160	202,84	0,15	0,18
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