

Утверждаю
заведующий МБДОУ
Хупения Ю.В.

"Детский сад общеразвивающего вида № 102"



МЕНЮ
05 НОЯБРЯ 2025 г.

№ реце птур ы	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		
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
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/7	40/8	1,71	3,06	5,28	9,43	10,23	18,27	133	170	0	0
392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	250	0,06	0,06	0,02	0,02	11,1	11,1	28,0	44,44	0,02	0,03
ИТОГО		442	498	19,44	20,79	39,64	43,79	24,87	32,91	528,61	582,05	0,36	0,37
ОБЕД													
	СУП ХАРЧО С МЯСОМ	150	200	3,276	4,36 8	5,050	6,734	15,27	20,36	131,37 6	175,168	10,5 1	14,01
	ГРЕЧА «ПО-КУПЕЧЕСКИ» С МЯСОМ	180	200	17,0	19,3 3	14,35	16,19	30,09	33,99	316,8	359	0,46	0,96
77	ЛИМОННЫЙ НАПИТОК	150	200	0,1	0,13	-	-	12,0	16,0	50,5	67,3	1,9	2,5
1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	50	1,69	2,6	0,39	0,6	14,42	22,14	69,7	106,66	0	0
ИТОГО		520	650	22,066	26,43	19,79	23,524	71,78	92,49	568,38	708,128	12,87	17,47
ПОЛДНИК													
	ПЕЧЕНЬЕ	50	60	3,75	4,5	4,9	5,88	37,2	44,64	208,5	250,2	0,00	0,00
698	КЕФИР	150	200	4,8	6,4	0,16	0,21	6,4	8,5	49,6	66,1	1,6	2,1
ИТОГО		200	260	8,55	10,9	5,06	6,09	43,6	53,14	258,1	316,3	1,6	2,1
УЖИН													
168	КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	200	5,43	5,43	4,23	4,23	33,38	33,38	193	193	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	5,49	5,49	4,25	4,25	44,48	44,48	221	237,44	0,02	0,03
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1562	1808	55,546	63,61	68,74	77,654	184,73	223,02	1576,09	1843,92	14,85	19,97