



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

МЕНЮ 09 СЕНТЯБРЯ 2026г.

№ ре- цеп- ту- ры	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													
168	КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/4	200/5	2,78	3,09	3,66	4,07	28,88	32,09	159,3	177,0	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		376	453	6,44	9	10,6	15,91	47,96	62,32	350,63	438	0,81	0,97
ОБЕД													
233	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	200	1,61	2,14	1,70	2,26	10,2	13,6	62,8	83,7	4,45	5,93
	ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ	150	180	18,35	19,81	4,70	6,1	16,32	17,95	180	233,1	6,40	7,33
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	22,07	24,99	6,83	8,98	62,52	81,45	400,92	536,46	11,15	13,66
ПОЛДНИК													
289	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	60	4,00	4,8	3,075	3,69	17,48	20,98	130,25	156,3	0,22	0,26
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	4,04	4,86	3,085	3,71	24,47	32,08	158,25	200,74	0,24	0,29
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		1466	1743	52,31	58,61	35,53 5	43,62	159,7	200,6	1206,8	1488,64	16,94	19,67