

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



МЕНЮ 11 СЕНТЯБРЯ 2025 г.

№ ре- цеп- ту- ры	Наименование блюда	Выход		Химический состав						Энергетическая ценность, ккал		Витамин С, мг	
				Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г					
		Ясл и	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
ЗАВТРАК													
168	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	200	5,1	5,67	4,75	5,28	29,3	32,55	180	200	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		372	448	8,76	11,58	11,69	17,12	48,38	62,78	371,33	461	0,81	0,97
ОБЕД													
73	РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ СО 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	1,69	2,6	0,39	0,6	14,42	22,14	69,7	106,66	0	0
ИТОГО		490	630	15,05	18,8	15,52	21,67	59,39	80,59	456,02	589,8	43,3	52,23
ПОЛДНИК													
469	БУЛОЧКА С ДЖЕМОМ	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													
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
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	17,73	17,73	34,36	34,36	14,64	14,64	395,61	412,05	0,36	0,37
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1462	1738	45,22	52,47	67,84	80,68	156,36	201,46	1429,96	1722,09	44,49	53,6