

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

**МЕНЮ 16 ИЮНЯ 2026 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	Ясли	Сад								
<b>ЗАВТРАК</b>																	
168	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	200	4,08	4,52	3,66	4,07	27,51	30,57	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				
	<b>ИТОГО</b>	<b>372</b>	<b>448</b>	<b>7,74</b>	<b>10,43</b>	<b>10,6</b>	<b>15,91</b>	<b>46,59</b>	<b>60,8</b>	<b>350,63</b>	<b>438</b>	<b>0,81</b>	<b>0,97</b>				
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>																	
368	<b>ЯБЛОКО</b>	100	150	0,40	0,60	0,40	0,60	9,80	14,7	44	66	10,00	15,0				
<b>ОБЕД</b>																	
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				
304	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	200	14,17	19,33	11,96	16,19	25,08	33,99	264	359	0,38	0,96				
376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	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	1,69	2,6	0,39	0,6	14,42	22,14	69,7	106,66	0	0				
	<b>ИТОГО</b>	<b>490</b>	<b>650</b>	<b>17,16</b>	<b>23,66</b>	<b>15,41</b>	<b>23,37</b>	<b>69,06</b>	<b>96,09</b>	<b>480,45</b>	<b>661,32</b>	<b>5,5</b>	<b>7,38</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>																	
479	ПЛЮШКА	50	60	4,64	5,56	0,99	1,18	26,11	31,32	132,0	158,4	0,13	0,15				
400	МОЛОКО	150	200	4,58	6,08	4,08	5,42	7,58	10,07	85	113,33	2,05	2,73				
	<b>ИТОГО</b>	<b>200</b>	<b>260</b>	<b>9,22</b>	<b>11,64</b>	<b>5,07</b>	<b>6,66</b>	<b>33,69</b>	<b>41,32</b>	<b>217</b>	<b>271,73</b>	<b>2,18</b>	<b>2,88</b>				
<b>УЖИН</b>																	
212	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	200	250	15,6	19,5	14,77	18,46	42,13	52,66	373	466	0,17	0,21				
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				
	<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>450</b>	<b>15,66</b>	<b>19,56</b>	<b>14,79</b>	<b>18,48</b>	<b>53,23</b>	<b>63,76</b>	<b>401</b>	<b>510,44</b>	<b>0,19</b>	<b>0,24</b>				
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1562</b>	<b>1958</b>	<b>50,18</b>	<b>65,89</b>	<b>46,27</b>	<b>65,02</b>	<b>212,37</b>	<b>276,67</b>	<b>1493,08</b>	<b>1947,49</b>	<b>18,68</b>	<b>26,47</b>				