

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



МЕНЮ
18 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				
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													
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
276	ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	150	180	18,35	19,81	4,70	6,1	16,32	17,95	180	233,1	6,40	7,33
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	1,78	2,6	0,41	0,6	15,18	22,14	73,37	106,66	0	0
ИТОГО		490	630	22,07	24,99	6,825	8,98	62,52	81,45	400,92	536,46	11,15	13,66
ПОЛДНИК													
469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	60	3,64	4,3	6,26	7,51	26,96	32,35	179,0	214,8	0	0
251	КЕФИР	150	200	4,35	5,8	4,8	6,4	6	8	87,98	117,3	1,05	1,4
ИТОГО		200	260	7,99	10,1	11,06	13,91	32,96	40,35	266,98	332,1	1,05	1,4
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		1462	1738	58,58	66,43	44,595	55,03	168,61	209,33	1336,23	1643	17,75	20,78