

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

**МЕНЮ 21 НОЯБРЯ 2024 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				
<b>ЗАВТРАК</b>													
168	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/4	200/5	4,08	4,52	3,66	4,07	27,51	30,57	159,3	177,0	0	0
1	БУТЕРБРОД МАСЛОМ	35/7	40/8	1,71	3,06	5,28	9,43	10,23	18,27	133	170	0	0
395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	200	3,15	4,2	2,72	3,62	12,96	17,28	89	118,66	1,20	1,6
	<b>ИТОГО</b>	376	453	8,94	11,78	11,66	17,12	50,7	66,12	381,3	465,66	1,20	1,6
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>													
368	<b>ГРУША</b>	100	150	0,40	0,60	0,30	0,45	10,30	15,45	46	69	10,00	15,0
<b>ОБЕД</b>													
39	<b>СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ</b>	150	200	1,5	1,92	1,98	2,54	8,23	10,97	66,56	85,2	4,25	5,44
212	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	120	7,8	9,36	7,39	8,86	21,07	25,28	186,5	223,68	0,09	0,1
120	<b>КОТЛЕТА ИЗ КУРИЦЫ</b>	50	60	12,12	14,55	5,81	6,97	4,87	5,85	120	144	9,49	11,39
	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	60	1,08	2,16	3,04	6,08	1,04	2,08	26,8	53,6	7,2	14,4
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
	<b>ИТОГО</b>	530	690	24,61	31,03	18,65	25,07	71,21	94,08	557,98	726,14	21,33	31,73
<b>ПОЛДНИК</b>													
	ПЕЧЕНЬЕ	50	60	3,75	4,5	4,9	5,88	37,2	44,64	208,5	250,2	0,00	0,00
400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	200	4,58	6,08	4,08	5,42	7,58	10,07	85	113,33	2,05	2,73
	<b>ИТОГО</b>	200	260	8,33	10,58	8,98	11,3	44,78	54,71	293,5	363,53	2,05	2,73
<b>УЖИН</b>													
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	180	200	3,0	4,18	4,10	4,18	9,4	10,64	310,7	319,72	7,34	8,15
147	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	30	1,23	1,84	0,43	0,64	8,37	12,58	42,89	64,33	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
	<b>ИТОГО</b>	400	430	4,29	6,08	4,55	4,84	28,87	34,32	381,59	428,49	7,36	8,18
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	1206	1553	42,28	53,99	39,59	53,94	176,99	230,36	1278,78	1624,33	34,58	51,06