

"Детский сад общеразвивающего вида № 102"

МЕНЮ 28 МАРТА 2025 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	КАКАО С МОЛОКОМ	150	200	3,15	4,2	2,72	3,62	12,96	17,28	89	118,66	1,20	1,6
ИТОГО		372	448	9,96	12,93	12,75	18,33	52,49	68,1	402	488,66	1,2	1,6
ОБЕД													
81	СУП " МЕТЕЛИЦА" С КУРИЦЕЙ	150	200	7,19	9,58	7,98	10,64	16,6	22,13	162,73	216,97	3,1	4,13
	ЗАПЕКАНКА РЫБНО-РИСОВАЯ	180	180	21,78	21,78	12,57	12,564	15,732	15,732	164,474	164,47	1,008	1,008
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	200	0,41	0,54	0	0	17,62	23,49	70,49	93,99	0	0
1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	50	1,69	2,6	0,39	0,6	14,42	22,14	69,7	106,66	0	0
ИТОГО		520	630	31,07	34,5	20,94	23,804	64,37	83,492	467,394	582,09	4,108	5,138
ПОЛДНИК													
	ПРЯНИКИ	50	60	2,95	3,54	2,35	2,82	37,5	45,0	183	219,6	0	0
263	ЧАЙ	150	200	0,04	0,06	0,01	0,02	8,98	11,98	30,0	43,0	0,02	0,03
ИТОГО		200	260	2,99	3,6	2,36	2,84	46,48	56,98	213	262,6	0,02	0,03
УЖИН													
317	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200	250	4,4	5,5	5,0	6,25	23,4	29,25	152	190	1	1,25
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	450	4,46	5,06	5,02	6,27	74,85	40,35	180	234,4	1,02	1,28
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1492	1788	48,48	56,09	41,07	51,244	238,19	248,92	1262,39	1567,75	6,348	8,048