

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



**МЕНЮ 29 АПРЕЛЯ 2026 г.**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход		Химический состав								Витамин С, мг	
		Ясли	Сад	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал		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	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>		372	448	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	ГРУША	100	150	0,40	0,60	0,30	0,45	10,30	15,45	46	69	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
23	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	150	180	21,8	26,16	26,6	31,92	5,4	6,48	348	417,6	1	1,2
	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	60	1,08	2,16	3,04	6,08	1,04	2,08	26,8	53,6	7,2	14,4
77	ЛИМОННЫЙ НАПИТОК	150	200	0,1	0,13	-	-	12,0	16,0	50,5	67,3	1,9	2,5
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	25,73	32,34	33,09	45,16	42,36	58,9	560,67	727,82	14,92	24,12
<b>ПОЛДНИК</b>													
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	60	2	2,4	0,57	0,684	31,86	38,232	137,26	164,712	11,43	13,716
263	ЧАЙ	150	200	0,04	0,06	0,01	0,02	8,98	11,98	30,0	43,0	0,02	0,03
<b>ИТОГО</b>		200	260	2,04	2,46	0,58	0,704	40,84	50,21	167,26	207,71	11,45	13,75
<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>		400	450	15,66	19,56	14,79	18,48	53,23	63,76	401	510,44	0,19	0,24
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		1602	1998	52,77	66,74	60,42	81,914	197,43	254,44	1556,23	1980,63	37,76	54,71