

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

МЕНЮ 29 ОКТЯБРЯ 2025 г.

№ реце птур ы	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				
ЗАВТРАК													
237	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	180	26,31	31,57	18,09	21,71	25,74	30,89	372	446,4	0,36	0,43
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		342	428	31,17	38,83	26,09	34,76	48,93	66,44	594	735,06	1,56	2,03
ОБЕД													
67	ЩИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150	200	1,04	1,38	2,93	3,90	5,09	6,78	35	46,66	11,07	14,76
317	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	100	120	3,66	4,4	3,05	3,65	17,63	21,15	112	134,4	0	0
120	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	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
ИТОГО		530	690	20,01	25,53	15,26	21,22	64,63	85,76	451,92	598,32	28,06	40,95
ПОЛДНИК													
469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	60	3,64	4,3	6,26	7,51	26,96	32,35	179,0	214,8	0	0
698	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	150	200	4,2	5,6	4,05	5,4	15,3	20,4	121,8	162,4	0,9	1,2
ИТОГО		200	260	7,84	9,9	10,31	12,91	42,26	52,75	300,8	377,2	0,9	1,2
УЖИН													
168	КАША «ДРУЖБА» НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	200	4,95	5,5	7,89	8,77	26,34	29,27	191,7	213	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
ИТОГО		380	400	5,01	5,56	7,91	8,79	37,44	40,37	219,7	257,44	0,02	0,03
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1452	1778	64,03	79,82	59,57	77,68	193,26	245,32	1566,42	1968,02	30,54	44,21