

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ детский сад "Светлячок" р.п. Ветлужский
_____/Фефлова И.В./

МЕНЮ
16 сентября 2026 г.

Сад 10,5 ч

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	29	2,21	0,86	14,37	74,30	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,21	0,03	29,14	0,00
2012	417	КАША ПШЕННАЯ	200	8,09	10,60	27,22	238,22	1,04
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	5,23	5,59	15,92	136,30	0,94
Итого			413	15,55	20,26	57,54	477,96	1,98
II Завтрак								
2008		ГРУША	105	0,42	0,31	10,79	49,24	5,24
Итого			105	0,42	0,31	10,79	49,24	5,24
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	180	7,45	5,42	12,82	129,94	4,08
		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	120	1,61	6,67	9,29	103,41	4,32
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ)	80	1,97	4,98	12,59	103,65	0,89
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ЛИМОНОМ	180	0,64	0,04	14,90	63,41	0,55
к/к	к/к	ХЛЕБ -СИЛА	33	1,93	0,33	5,15	63,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,59	0,34	16,60	79,89	0,00
Итого			632	16,19	17,78	71,35	544,24	9,84
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	6,94	28,04	0,02
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,49	5,99	7,40	90,69	6,00
Итого			250	1,57	5,99	14,34	118,73	6,02
Всего				33,73	44,34	154,02	1 190,17	23,08