

Утверждаю

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

## МЕНЮ

1 апреля 2025 г.

Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	15	1,16	0,45	7,52	38,85	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,04	3,34	0,04	30,15	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,68	6,60	22,17	163,34	0,40
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	5,21	5,59	20,72	155,29	0,94
<b>Итого</b>			<b>349</b>	<b>10,09</b>	<b>15,98</b>	<b>50,45</b>	<b>387,63</b>	<b>1,34</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	134	3,74	3,34	6,02	75,48	0,93
<b>Итого</b>			<b>134</b>	<b>3,74</b>	<b>3,34</b>	<b>6,02</b>	<b>75,48</b>	<b>0,93</b>
<b>Обед</b>								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	25	0,30	0,74	2,12	16,59	3,07
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,18	5,70	5,46	94,23	8,12
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,11	3,66	14,20	98,33	6,90
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	7,49	4,79	6,87	100,71	0,08
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,59	0,06	18,63	78,36	0,39
к/к	к/к	ХЛЕБ -СИЛА	27	1,60	0,27	4,25	52,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,03	0,27	13,02	62,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>543</b>	<b>19,30</b>	<b>15,49</b>	<b>64,55</b>	<b>503,65</b>	<b>18,56</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	155	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ	100/20	5,01	5,40	16,29	133,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>275</b>	<b>5,11</b>	<b>5,40</b>	<b>26,17</b>	<b>173,73</b>	<b>0,02</b>
<b>Всего</b>				<b>38,24</b>	<b>40,21</b>	<b>147,19</b>	<b>1 140,49</b>	<b>20,85</b>