

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 апреля 2025 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	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	200	4,93	8,73	29,79	218,21	0,53
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	5,21	5,59	20,52	154,57	0,94
Итого			399	11,34	18,11	57,87	441,78	1,47
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	133	3,74	3,34	6,02	75,39	0,93
Итого			133	3,74	3,34	6,02	75,39	0,93
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,49	1,72	3,97	33,90	5,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	6,22	6,42	6,51	108,91	9,77
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,45	18,48	125,38	8,98
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	10,53	6,22	9,31	135,64	0,12
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,67	0,07	22,12	92,82	0,43
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
Итого			663	24,27	19,42	77,66	612,08	24,30
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	9,68	39,10	0,02
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ	150	8,73	9,02	24,32	213,43	0,00
Итого			300	8,83	9,02	34,00	252,53	0,02
Всего				48,18	49,89	175,55	1 381,78	26,72