

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 декабря 2025 г.

Ясли 10,5 ч

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	22	1,66	0,65	10,79	55,78	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,38	3,03	0,00	37,42	0,07
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,13	8,07	19,25	170,81	0,50
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	4,45	4,81	11,30	107,52	0,78
Итого			332	13,62	16,56	41,34	371,53	1,35
II Завтрак								
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,28	0,28	6,86	32,90	7,00
Итого			70	0,28	0,28	6,86	32,90	7,00
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,89	1,50
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	5,50	5,24	11,21	114,28	5,74
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,33	3,38	10,09	81,42	20,44
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	1,06	1,70	0,07	19,70	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,57	0,03	11,43	48,80	0,22
2008	К/К	ХЛЕБ -СИЛА	31	1,82	0,31	4,83	60,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,84	0,24	11,79	56,72	0,00
Итого			539	13,36	10,93	49,93	384,81	27,90
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	159	0,79	0,16	16,03	68,26	3,18
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	60	8,41	5,85	24,44	184,87	0,05
Итого			219	9,20	6,01	40,47	253,13	3,23
Всего			36,46	33,78	138,60	1 042,37	39,48	