

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**4 февраля 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	23	1,74	0,68	11,31	58,46	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	2	0,01	1,92	0,02	17,41	0,00
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,63	8,14	26,94	208,20	0,55
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	5,23	5,59	15,92	136,31	0,94
Итого			405	13,61	16,33	54,19	420,38	1,49
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	96	0,77	0,19	7,24	36,67	36,67
Итого			96	0,77	0,19	7,24	36,67	36,67
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	180	6,18	4,35	12,83	115,16	4,08
		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	115	1,59	4,01	9,26	79,40	4,32
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ)	80	1,97	4,08	12,58	95,35	0,89
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ЛИМОНОМ	180	0,93	0,05	17,68	76,07	0,64
к/к	к/к	ХЛЕБ -СИЛА	32	1,90	0,32	5,07	62,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,83	0,24	11,71	56,36	0,00
Итого			615	14,40	13,05	69,13	485,26	9,93
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	6,94	28,07	0,02
2012	449	ОЛАДЫ С ДЖЕМОМ	100	4,54	7,25	40,07	241,55	2,84
Итого			250	4,62	7,25	47,01	269,62	2,86
Всего				33,40	36,82	177,57	1 211,93	50,95