

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 апреля 2026 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 21 | 1,59 | 0,62 | 10,32 | 53,33 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 4 | 0,02 | 3,30 | 0,03 | 29,92 | 0,00 |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100 | 17,75 | 12,57 | 25,91 | 290,78 | 0,24 |
| к/к | к/к | КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 150 | 4,03 | 4,34 | 10,62 | 98,79 | 0,70 |
| Итого | | | 275 | 23,39 | 20,83 | 46,88 | 472,82 | 0,94 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | БАНАН | 81 | 1,22 | 0,41 | 17,08 | 78,06 | 8,13 |
| Итого | | | 81 | 1,22 | 0,41 | 17,08 | 78,06 | 8,13 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 30 | 0,35 | 1,02 | 2,70 | 21,71 | 3,10 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ | 150 | 5,17 | 7,44 | 8,31 | 121,39 | 6,57 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 2,11 | 3,48 | 14,21 | 96,81 | 6,90 |
| 2008 | 233 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ | 35 | 6,55 | 3,30 | 2,04 | 64,13 | 0,08 |
| 2012 | 378 | КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ | 140 | 0,04 | 0,03 | 12,65 | 51,18 | 0,13 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ -СИЛА | 29 | 1,74 | 0,29 | 4,62 | 57,35 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 26 | 1,71 | 0,23 | 10,98 | 52,81 | 0,00 |
| Итого | | | 510 | 17,67 | 15,79 | 55,51 | 465,38 | 16,78 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 150 | 4,22 | 4,66 | 6,84 | 87,30 | 0,78 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 24 | 1,40 | 1,11 | 17,75 | 86,62 | 0,00 |
| Итого | | | 174 | 5,62 | 5,77 | 24,59 | 173,92 | 0,78 |
| Всего | | | | 47,90 | 42,80 | 144,06 | 1 190,18 | 26,63 |