

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 апреля 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 | 21 | 1,61 | 0,63 | 10,47 | 54,11 | 0,00 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 11 | 2,59 | 3,29 | 0,00 | 40,58 | 0,08 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 6,31 | 9,68 | 21,15 | 197,66 | 0,88 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 4,13 | 4,36 | 14,41 | 114,46 | 0,73 |
| Итого | | | 412 | 14,64 | 17,96 | 46,03 | 406,81 | 1,69 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГРУША | 107 | 0,43 | 0,32 | 11,07 | 50,51 | 5,37 |
| Итого | | | 107 | 0,43 | 0,32 | 11,07 | 50,51 | 5,37 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 84 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 180 | 4,10 | 2,05 | 12,61 | 85,57 | 6,34 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ | 195 | 13,40 | 13,56 | 11,42 | 222,78 | 25,73 |
| 2012 | 376 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | 0,01 | 0,00 | 7,77 | 31,29 | 0,16 |
| 2008 | | ХЛЕБ -СИЛА | 30 | 1,76 | 0,30 | 4,69 | 58,22 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 27 | 1,76 | 0,23 | 11,26 | 54,16 | 0,00 |
| Итого | | | 612 | 21,03 | 16,14 | 47,75 | 452,02 | 32,23 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ЙОГУРТ | 190 | 3,80 | 2,85 | 5,69 | 91,12 | 1,33 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 3,95 | 4,19 | 25,86 | 156,80 | 0,00 |
| Итого | | | 240 | 7,75 | 7,04 | 31,55 | 247,92 | 1,33 |
| Всего | | | | 43,85 | 41,46 | 136,40 | 1 157,26 | 40,62 |