

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 июня 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	28	2,14	0,83	13,92	71,94	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И ЯЙЦОМ	195/20	7,78	9,03	29,36	229,87	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,02	28,52	0,02
Итого			427	10,06	13,16	50,33	360,25	0,02
II Завтрак								
к/к	к/к	ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	50	0,61	2,09	3,24	34,41	1,67
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	4,75	7,31	7,15	113,99	8,05
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,23	14,90	40,38	329,19	1,83
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ	180	0,64	0,07	18,32	77,63	0,60
2008		ХЛЕБ СИЛА	32	1,87	0,32	4,99	61,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,46	0,33	15,77	75,88	0,00
Итого			679	18,56	25,02	89,85	693,02	12,15
Полдник								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
2008	467	ПЛЮШКА	70	5,04	6,45	32,72	208,80	0,00
Итого			250	5,91	6,62	50,35	283,88	1,44
Всего				34,93	45,20	200,33	1 384,15	23,61