

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ детский сад "Светлячок" р.п. Ветлужский

_____/Фефлова И.В./

МЕНЮ
27 июля 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								
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,54	0,60	10,02	51,80	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРНЫМ ПЕСКОМ	200	4,51	5,18	23,26	157,51	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	7,12	29,67	0,58
Итого			404	6,22	9,08	40,43	268,90	0,58
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	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	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	12,02	8,27	19,86	202,01	3,31
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	6,45	9,55	19,36	189,61	9,83
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	0,10	0,07	10,46	43,75	1,16
2008		ХЛЕБ -СИЛА	40	2,36	0,40	6,28	78,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			640	23,58	18,64	72,92	594,95	14,30
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0,85	0,17	17,17	73,10	3,40
2012	115	СУХАРНИК	55	5,79	9,38	20,23	188,72	0,00
Итого			225	6,64	9,55	37,40	261,82	3,40
Всего				36,84	37,67	160,55	1 172,67	28,28