|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | МАДОУ детский сад "Теремок" р.п.Ветлужский | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Дрегунова М.В./ | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **14 февраля 2025 г.** | | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 10 часов** | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-** **ник** **реце-** **птур** | **№** **техн.** **карты** | **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | | **Химический состав** | | | | | **Энерге-** **тическая** **цен-** **ность,** **ккал** | **Вита-** **мин С,** **мг** |
| **Белки, г** | | **Жиры, г** | | **Угле-** **воды, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 94 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ | | | | 200 | | | 4,8 | | 6,1 | | 16,8 | 142 | 0,7 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 180 | | | 3,1 | | 3,2 | | 17 | 110 | 0,5 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БАТОН НАРЕЗНОЙ | | | | 35 | | | 2,6 | | 1 | | 18 | 92 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 10 | | | 2,3 | | 3 | |  | 36 | 0,1 |
| (сыр российский) | | | |
| **Итого** | | | | | | **425** | | | **12,8** | | **13,3** | | **51,8** | **380** | **1,3** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ФРУКТ СВЕЖИЙ | | | | 100 | | | 0,4 | | 0,4 | | 9,8 | 47 | 10 |
| (яблоки) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | | | **0,4** | | **0,4** | | **9,8** | **47** | **10** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | | | 60 | | | 0,9 | | 3,7 | | 4,9 | 55 | 2,3 |
| (свекла, масло подсолнечное рафинированое) | | | |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ | | | | 200/0/10 | | | 5,5 | | 5,3 | | 12,5 | 120 | 3,5 |
| (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, говядина б/к) | | | |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | | | | 70 | | | 9,6 | | 6,8 | | 11,2 | 144 | 0,4 |
| (рыба минтай неразделанный, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), лук репчатый) | | | |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 150 | | | 3,7 | | 5,3 | | 25,4 | 165 | 12,4 |
| (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | | | 180 | | | 0,8 | |  | | 20,7 | 87 | 0,2 |
| (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ "СИЛА" | | | | 35 | | |  | |  | |  |  | 0 |
| (хлеб отрубной) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 35 | | | 2,3 | | 0,3 | | 14,8 | 71 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **740** | | | **22,8** | | **21,4** | | **89,5** | **642** | **18,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | 50 | | | 3,8 | | 4,9 | | 37,2 | 209 | 0 |
| (печенье сахарное мука высш.сорт, вафли с фруктово-ягодной начинками) | | | |
| 2008 | 435 | КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК | | | | 180 | | | 6,1 | | 4,5 | | 9,9 | 110 | 1,3 |
| (кисломол. продукт с бифидофлорой 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **230** | | | **9,9** | | **9,4** | | **47,1** | **319** | **1,3** |
| **Всего** | | | | | | | | | **45,9** | | **44,5** | | **198,2** | **1388** | **31,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.