|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **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, сахарпесок, 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 ИГОВЯДИНОЙ | 200/0/10 | 5,5 | 5,3 | 12,5 | 120 | 3,5 |
| (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, сольйодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечноерафинированое, 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.сортобог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, маслоподсолнечное 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-сливочноенесоленое) |
| 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-ягоднойначинками) |
| 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.