

Утверждаю

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"

//

МЕНЮ

6 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

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								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5	5	17,4	135	0,7
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,2	7,4	25,1	193	0,1
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,9	2,4	12,6	84	0,51
Итого			425	14,1	14,8	55,1	412	1,31
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,9	9,6	12,5	158	16,4
2012	299	КАБАЧКИ, БАКЛАЖАНЫ, ПЕРЕЦ ИЛИ ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И РИСОМ	160/40	12,5	13,1	14,6	228	113,6
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1		9,2	37	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,6	19,8	99	0
Итого			610	20,8	23,3	56,1	522	130,8
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	17,2	12,3	13,8	237	0,2
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,6	6	51	0,1
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			410	27,7	22,4	65,5	578	1,2
Дополнительные блюда для уплотненного полдника								
2008		БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144	15
Итого			150	2,3	0,8	31,5	144	15
Всего				65,4	61,4	218,3	1699	150,31