

Утверждаю

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

//

## МЕНЮ

7 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ( с пшеном)	180	5,6	5,4	19,6	150	0,7
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,1	4,3	20,1	132	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>8,9</b>	<b>9,8</b>	<b>54,7</b>	<b>342</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,2	8,7	15,2	161	5,7
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	17,2	22,5	33,4	406	1,8
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,1	12,1	51	2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,6	19,8	99	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	25	0,2		0,4	3	1,3
<b>Итого</b>			<b>645</b>	<b>26,1</b>	<b>31,9</b>	<b>80,9</b>	<b>720</b>	<b>10,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,9	6	50,8	282	0,2
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		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
<b>Итого</b>			<b>310</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>96,7</b>	<b>557</b>	<b>1,1</b>
<b>Дополнительные блюда для уплотненного полдника</b>								
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2008		БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144	15
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>5,8</b>	<b>5,3</b>	<b>31,5</b>	<b>199</b>	<b>15</b>
<b>Всего</b>				<b>57,3</b>	<b>59,1</b>	<b>273,9</b>	<b>1861</b>	<b>29,6</b>