

Утверждаю

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

//

МЕНЮ

2 ноября 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ(с пшеном)	180	5,6	6,2	19,6	157	0,7
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,8	4,4	25,1	156	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,9	2,4	12,8	85	0,53
Итого			415	12,3	13	57,5	398	1,23
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		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	4,5	50	9,5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,2	8,7	15,1	160	4,9
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	80	15	10,8	2,3	166	3,2
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,7	4,4	28,4	164	0
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
Итого			680	27,4	27,6	82,2	690	19,6
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6		5,2	24	1
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		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		36	0
Итого			440	18,6	14	100,4	603	12,1
Всего				58,8	54,7	250,2	1734	34,93