

Утверждаю

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

//

## МЕНЮ

8 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	5,5	5,3	17,1	139	0,7
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,7	4,4	24,3	152	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,9	2,4	12,6	84	0,51
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,1</b>	<b>12,1</b>	<b>54</b>	<b>375</b>	<b>1,21</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>								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,6	3,1	2,4	42	13,9
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,9	9,5	12,2	154	6,3
2012	292	МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	200	18,4	9,4	30,3	295	10,4
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		13,5	54	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,6	19,8	99	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>27,3</b>	<b>22,6</b>	<b>78,2</b>	<b>644</b>	<b>31,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) со сладким молочным соусом	80/50	13,2	11,6	21,9	248	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	2,4	14,1	91	0,5
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>19,8</b>	<b>15,6</b>	<b>84,1</b>	<b>563</b>	<b>10,7</b>
<b>Всего</b>				<b>59,7</b>	<b>50,4</b>	<b>226,4</b>	<b>1625</b>	<b>45,11</b>