

Утверждаю

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

//

## МЕНЮ

15 декабря 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 пшениный	180	5,6	5,4	19,6	150	0,7
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,1	4,3	20,1	132	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,6	2,2	12,2	79	0,52
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>11,3</b>	<b>11,9</b>	<b>51,9</b>	<b>361</b>	<b>1,22</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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	37	1,5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5	8,7	12,3	148	4
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,9	5,6	15,6	125	17,2
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	13,5	15,5	10,7	236	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,1	10,8	45	1,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,6	19,8	99	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>25,5</b>	<b>32,8</b>	<b>72,4</b>	<b>690</b>	<b>24,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	10	7,2	33,7	239	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008		ЯБЛОКО	70	0,3	0,3	6,9	33	7
<b>Итого</b>			<b>363</b>	<b>12,6</b>	<b>7,7</b>	<b>63,5</b>	<b>374</b>	<b>7,1</b>
<b>Всего</b>				<b>49,9</b>	<b>52,5</b>	<b>197,9</b>	<b>1468</b>	<b>34,42</b>