

Утверждаю

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

//

МЕНЮ

27 декабря 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	5,4	5	19,7	144	0,7
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,1	2,5	13,2	89	0,62
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,9	5,1	25,8	166	0
Итого			415	12,4	12,6	58,7	399	1,32
II Завтрак								
2008		БАНАН	169	2,5	0,8	35,5	162	16,9
Итого			169	2,5	0,8	35,5	162	16,9
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,4	2,2	1,2	29	1,1
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	2,8	6,3	15,2	129	5,9
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	215	15,4	17,8	15,8	287	22,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180/8	0,1	0,1	10,5	44	1,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	65	5	0,4	32,8	155	0
Итого			698	23,7	26,8	75,5	644	31,1
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	18,7	15,4	13,8	273	0,2
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,5	4,3	44	0,1
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	189	5,3	4,6	8,8	99	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,8	93	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	21	1,6	2	15,5	86	0
2008		ЯБЛОКО	106	0,4	0,4	10,4	50	10,6
Итого			535	29,9	25,1	72,6	645	11,9
Всего				68,5	65,3	242,3	1850	61,22