

Утверждаю

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

//

МЕНЮ

7 февраля 2024 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	180	3,49	3,90	12,63	100,05	0,44
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,47	2,24	0,14	30,56	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,90	2,33	12,29	82,34	0,50
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/10	5,19	7,17	19,61	164,26	0,06
Итого			435	14,05	15,64	44,67	377,21	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	81	0,41	0,08	8,18	34,83	1,62
Итого			81	0,41	0,08	8,18	34,83	1,62
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,39	2,00	1,25	25,19	1,04
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	6,60	9,69	17,80	184,67	4,41
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	16,21	18,32	9,87	268,66	0,04
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,93	4,97	19,98	136,57	9,72
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,06	0,02	12,09	49,08	0,47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,84	0,52	17,03	85,14	0,00
Итого			653	29,03	35,52	78,02	749,31	15,68
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЙ СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	110/50	15,88	14,29	17,78	266,02	0,29
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,09	3,35	13,63	102,23	0,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,22	0,10	8,03	37,89	0,00
2008		ПРЯНИКИ	38	2,24	1,79	28,50	139,08	0,00
2008		ЯБЛОКО	113	0,45	0,45	11,09	53,16	11,31
Итого			507	23,88	19,98	79,03	598,38	12,22
Всего				67,37	71,22	209,90	1 759,73	30,52