

Утверждаю

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

## МЕНЮ

15 февраля 2024 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 гречневый	180	4,91	4,95	14,24	121,86	0,64
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,73	2,18	12,97	83,07	0,47
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>13,17</b>	<b>13,73</b>	<b>47,46</b>	<b>367,36</b>	<b>1,11</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012		РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ) С ЛУКОВЫМ САЛАТОМ	30	3,74	3,11	0,33	44,38	0,24
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	4,51	8,72	12,31	146,40	11,43
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,86	4,96	19,47	134,15	9,46
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	12,39	16,12	3,97	210,18	0,45
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,09	0,02	13,34	54,32	0,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>26,89</b>	<b>33,53</b>	<b>69,22</b>	<b>688,43</b>	<b>22,19</b>
<b>Полдник</b>								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	5,84	6,63	46,62	269,25	0,13
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,37	94,22	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>290</b>	<b>12,99</b>	<b>11,78</b>	<b>80,49</b>	<b>481,63</b>	<b>1,07</b>
<b>Всего</b>				<b>53,55</b>	<b>59,14</b>	<b>207,27</b>	<b>1 580,42</b>	<b>26,37</b>