

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

1 марта 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		
Завтрак								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ пшениный	180	5,28	5,31	17,55	140,02	0,73
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,65	2,18	12,17	79,55	0,49
Итого			405	11,01	11,87	49,83	351,70	1,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САПАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	1,00	3,06	5,64	54,49	2,94
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,10	7,89	12,19	136,25	3,88
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,05	7,28	11,68	126,09	25,78
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	13,47	16,15	11,37	244,37	0,39
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,12	10,77	45,57	1,37
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			680	25,07	35,10	71,45	705,77	34,36
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,28	6,09	40,90	239,27	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ЯБЛОКО ПЕЧЕННОЕ	150	0,42	0,42	15,13	68,70	10,50
Итого			430	13,05	11,07	79,46	473,30	11,44
Всего				49,63	58,14	210,84	1 573,77	49,02