

Утверждаю

Заведующий

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

\_\_\_\_\_/Золотарева Н.Е./

## МЕНЮ

13 марта 2024 г.

Ясли 10,5 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	150	4,17	4,27	15,07	115,55	0,55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/10	5,36	7,41	19,51	166,79	0,07
<b>Итого</b>			<b>362</b>	<b>9,53</b>	<b>11,68</b>	<b>41,36</b>	<b>309,43</b>	<b>0,62</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	444	БЛИНЧИКИ	75	6,15	9,66	32,93	243,53	0,31
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	100	2,03	1,67	7,53	53,95	0,32
<b>Итого</b>			<b>175</b>	<b>8,18</b>	<b>11,33</b>	<b>40,46</b>	<b>297,48</b>	<b>0,63</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,35	1,99	1,06	24,27	0,95
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	150	5,63	9,39	11,48	152,81	3,60
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	12,10	14,37	10,46	220,49	20,53
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>20,72</b>	<b>26,23</b>	<b>45,62</b>	<b>503,86</b>	<b>25,08</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	13,28	10,51	11,36	195,77	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>19,03</b>	<b>14,27</b>	<b>28,38</b>	<b>321,70</b>	<b>0,92</b>
<b>Всего</b>				<b>57,46</b>	<b>63,51</b>	<b>155,82</b>	<b>1 432,47</b>	<b>27,25</b>