

Утверждаю

и.о. заведующего
МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"
_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

28 марта 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 гречневый	180	4,80	4,85	13,72	118,43	0,62
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,76	2,10	13,85	85,92	0,45
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
Итого			425	13,09	13,55	47,82	366,78	1,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,50	0,10	10,18	43,36	2,02
Итого			101	0,50	0,10	10,18	43,36	2,02
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,20	0,03	0,43	3,25	1,25
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,09	9,03	12,00	150,15	11,35
2008	265	ПЛОВ	205	15,13	15,97	31,74	331,20	1,07
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,07	32,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,41	0,62	20,46	102,30	0,00
Итого			642	23,83	25,65	72,70	619,15	13,67
Полдник								
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	5,49	5,28	38,11	221,49	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,96	2,44	13,84	89,91	0,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008		ВАФЛИ	67	1,87	2,20	51,53	236,00	0,00
Итого			437	12,25	10,44	123,32	641,76	10,55
Всего				49,67	49,74	254,02	1 671,05	27,31