

Утверждаю

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

## МЕНЮ

29 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ пшениный	180	5,61	5,41	19,08	148,37	0,78
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	22	2,70	2,44	0,15	33,35	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/5	3,43	4,41	22,39	142,89	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,84	2,34	13,55	87,19	0,52
<b>Итого</b>			<b>432</b>	<b>14,58</b>	<b>14,60</b>	<b>55,17</b>	<b>411,80</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,51	0,10	10,38	44,17	2,05
<b>Итого</b>			<b>103</b>	<b>0,51</b>	<b>0,10</b>	<b>10,38</b>	<b>44,17</b>	<b>2,05</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,87	2,78	5,59	51,46	2,87
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,36	7,67	12,47	136,41	3,95
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	145	3,58	5,06	13,70	116,81	31,25
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	90	16,39	17,65	10,97	267,92	0,37
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,08	0,02	8,96	36,73	0,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	3,84	0,70	23,04	115,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>713</b>	<b>29,12</b>	<b>33,88</b>	<b>74,73</b>	<b>724,53</b>	<b>39,04</b>
<b>Полдник</b>								
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	95	12,06	6,98	6,44	150,47	8,89
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,20	0,03	0,43	3,31	1,27
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,00	0,00	7,92	31,66	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,57	0,21	16,88	79,66	0,00
2008		ЯБЛОКО	112	0,45	0,45	10,98	52,67	11,21
<b>Итого</b>			<b>454</b>	<b>15,28</b>	<b>7,67</b>	<b>42,65</b>	<b>317,77</b>	<b>21,37</b>
<b>Всего</b>				<b>59,49</b>	<b>56,25</b>	<b>182,93</b>	<b>1 498,27</b>	<b>63,76</b>