

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 апреля 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	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	9,12	13,72	5,71	182,83	0,21
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	55	1,05	4,90	4,24	65,57	3,86
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,17	0,00	8,24	34,31	0,68
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,45	7,42	20,11	169,63	0,07
Итого			373	15,79	26,04	38,30	452,34	4,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,36	1,99	1,06	24,30	0,96
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,20	9,35	25,27	237,12	7,27
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,89	5,05	18,75	132,29	9,01
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,73	10,31	10,15	180,09	0,38
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180/18/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			676	30,48	27,30	82,77	703,76	17,62
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	125	10,53	9,21	24,48	224,42	0,08
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,92	2,21	5,40	45,24	0,13
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,60	1,65	15,68	84,08	0,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
Итого			405	16,82	15,14	75,23	506,19	0,29
Всего				63,59	68,58	206,20	1 705,29	24,73