

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	3,42	4,06	26,52	156,36	0,10
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,60	1,65	15,68	84,08	0,08
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
Итого			425	10,58	12,33	62,45	403,22	0,18
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								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,20	0,03	0,43	3,25	1,25
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	5,82	9,02	16,68	170,98	3,93
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,16	18,19	21,65	306,99	10,71
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,09	0,02	13,34	54,32	0,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			635	23,57	27,86	71,90	634,54	16,50
Полдник								
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	100	12,65	7,27	8,16	162,54	9,09
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35	0,29	1,98	0,82	22,89	0,77
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			483	17,40	11,25	64,07	444,24	19,86
Всего				52,05	51,54	208,32	1 525,00	38,54