

Утверждаю

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

## МЕНЮ 5 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	4,89	5,17	17,03	134,96	0,57
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,16	1,75	10,72	68,00	0,31
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>12,58</b>	<b>13,52</b>	<b>48,00</b>	<b>365,39</b>	<b>0,88</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,62	2,95	3,65	43,58	1,71
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,01	8,69	13,23	151,17	4,20
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,72	4,40	28,46	164,19	0,00
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	16,51	11,73	1,83	178,58	0,89
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,12	10,95	46,43	1,47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>675</b>	<b>28,32</b>	<b>28,49</b>	<b>77,92</b>	<b>682,95</b>	<b>8,27</b>
<b>Полдник</b>								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	11,36	8,93	36,48	272,88	0,17
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		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>15,82</b>	<b>10,93</b>	<b>91,57</b>	<b>531,69</b>	<b>10,17</b>
<b>Всего</b>				<b>57,22</b>	<b>53,04</b>	<b>227,59</b>	<b>1 623,03</b>	<b>21,32</b>