

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160/15	5,91	6,58	27,39	192,88	0,02
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	4,43	24,38	152,26	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	1,52	1,65	13,91	76,69	0,10
Итого			410	11,17	12,66	65,68	421,83	0,12
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	60	0,84	2,49	4,43	43,93	2,07
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/30	7,62	7,62	11,03	143,24	6,08
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	18,16	8,38	16,39	233,31	12,62
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,12	10,95	46,43	1,47
Итого			660	30,08	19,21	62,60	565,91	22,24
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) с соусом молочным	100/50	15,90	15,11	24,18	298,97	0,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			490	25,87	22,89	79,34	633,40	11,22
Всего				67,62	54,86	217,72	1 664,14	35,58