

Утверждаю

заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

23 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	5,85	5,99	18,61	152,77	0,75
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	2,99	4,37	19,51	129,29	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,11	13,16	96,99	0,57
Итого			405	12,64	13,47	51,28	379,05	1,32
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,55	4,87	54,61	2,28
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/35	8,44	11,39	13,17	188,84	7,05
2008	265	ПЛОВ	200	12,55	13,02	34,91	307,08	1,47
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,12	0,07	9,86	41,26	1,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			705	25,24	28,63	82,61	690,79	11,84
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,82	11,70	5,24	161,61	0,16
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,15	3,04	6,33	57,73	3,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			475	15,24	17,31	69,98	498,75	13,36
Всего				53,62	59,51	213,97	1 611,59	28,52