

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

27 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,01	5,00	17,43	135,13	0,70
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,07
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,65	2,18	12,17	79,55	0,49
Итого			425	13,88	14,66	54,73	407,99	1,26
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	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,98	3,03	5,27	52,49	2,55
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	9,11	12,07	12,24	193,98	6,61
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	13,74	11,42	1,49	163,35	0,77
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,71	3,59	28,45	156,93	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,10	10,54	44,42	1,29
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			680	29,98	30,81	77,79	710,17	11,22
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,19	6,01	50,37	280,12	0,17
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,30	2,95	0,00	36,38	0,03
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			390	16,24	13,92	83,60	528,83	11,14
Всего				60,60	59,49	226,22	1 689,99	25,62