

Утверждаю

заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"  
 \_\_\_\_\_ /Золотарева Н.Е./

## МЕНЮ

16 мая 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	4,31	4,47	15,05	118,22	0,55
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,45	7,42	20,11	169,63	0,07
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	13,49	85,55	0,47
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>15,07</b>	<b>16,31</b>	<b>48,79</b>	<b>404,05</b>	<b>1,09</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>10,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,69	2,96	4,05	45,51	1,90
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	5,96	8,67	16,31	166,97	5,47
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,16	18,19	21,65	306,99	10,71
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>24,11</b>	<b>30,42</b>	<b>69,55</b>	<b>649,43</b>	<b>18,08</b>
<b>Полдник</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35	0,29	1,98	0,82	22,89	0,77
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	110	14,63	7,68	11,52	189,55	10,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,09	0,00	7,96	32,67	0,49
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
<b>Итого</b>			<b>498</b>	<b>19,47</b>	<b>11,66</b>	<b>67,65</b>	<b>472,96</b>	<b>21,48</b>
<b>Всего</b>				<b>60,15</b>	<b>58,89</b>	<b>206,99</b>	<b>1 622,44</b>	<b>50,65</b>