

Утверждаю

заведующий

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

## МЕНЮ

23 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 гречневый	180	4,87	4,88	15,01	124,14	0,65
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	6,20	5,62	0,34	76,62	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45/5	3,46	4,41	22,62	143,97	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,53	2,77	14,23	96,70	0,60
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>18,06</b>	<b>17,68</b>	<b>52,20</b>	<b>441,43</b>	<b>1,25</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,56	0,11	11,35	48,30	2,25
<b>Итого</b>			<b>112</b>	<b>0,56</b>	<b>0,11</b>	<b>11,35</b>	<b>48,30</b>	<b>2,25</b>
<b>Обед</b>								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	55	0,90	3,11	5,01	51,81	1,98
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	6,68	11,25	12,68	179,50	11,49
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	12,40	16,52	3,94	213,71	0,47
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,94	4,98	19,97	136,72	9,71
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,09	0,02	13,18	53,62	0,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,38	0,62	20,30	101,48	0,00
<b>Итого</b>			<b>676</b>	<b>26,39</b>	<b>36,50</b>	<b>75,08</b>	<b>736,84</b>	<b>24,25</b>
<b>Полдник</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,34	1,85	1,01	22,91	0,91
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	100	13,11	7,38	13,08	185,13	8,93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,72	0,14	11,29	53,28	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,13	0,01	10,02	41,93	1,21
2008		ВАФЛИ	29	0,82	0,97	22,71	103,99	0,00
2008		БАНАН	120	1,80	0,60	25,27	115,50	12,03
<b>Итого</b>			<b>508</b>	<b>17,92</b>	<b>10,95</b>	<b>83,38</b>	<b>522,74</b>	<b>23,08</b>
<b>Всего</b>				<b>62,93</b>	<b>65,24</b>	<b>222,01</b>	<b>1 749,31</b>	<b>50,83</b>