

Утверждаю

заведующий

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

\_\_\_\_\_/Золотарева Н.Е./

## МЕНЮ

21 июня 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>								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ( гречневый)	180	4,35	4,26	15,34	117,63	0,47
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,70	1,65	17,17	90,43	0,08
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>11,61</b>	<b>12,53</b>	<b>52,76</b>	<b>370,84</b>	<b>0,55</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,22	1,78	0,69	19,56	1,14
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,96	10,14	25,37	247,58	7,55
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	13,49	15,30	9,80	230,55	0,44
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/4	4,30	4,51	27,39	167,42	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,09	0,02	13,34	54,32	0,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>654</b>	<b>34,36</b>	<b>32,35</b>	<b>96,39</b>	<b>818,43</b>	<b>9,74</b>
<b>Полдник</b>								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,46	6,15	47,46	270,83	0,19
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,45	4,42	0,00	54,56	0,04
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>13,04</b>	<b>11,75</b>	<b>93,44</b>	<b>533,60</b>	<b>0,23</b>
<b>Всего</b>				<b>59,51</b>	<b>56,73</b>	<b>252,69</b>	<b>1 765,87</b>	<b>12,52</b>