

Утверждаю

заведующий

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

\_\_\_\_\_/Золотарева Н.Е./

## МЕНЮ

28 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>								
2012	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	6,10	7,02	18,90	163,99	0,80
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,83	25,13	159,37	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,09	3,35	16,54	113,84	0,62
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>16,49</b>	<b>17,42</b>	<b>60,71</b>	<b>467,50</b>	<b>1,42</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	97	0,49	0,10	9,80	41,71	1,94
<b>Итого</b>			<b>97</b>	<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>	<b>1,94</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	2,96	1,33	33,58	2,19
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,48	8,39	9,22	131,02	24,72
2008	265	ПЛОВ	240	18,52	19,00	30,53	367,13	1,10
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,10	11,55	48,56	1,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,50	0,64	20,99	104,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>713</b>	<b>27,09</b>	<b>31,09</b>	<b>73,62</b>	<b>685,23</b>	<b>29,37</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	145	22,88	16,73	15,43	308,11	0,24
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	55	1,26	3,26	7,46	64,26	0,17
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	195	5,49	4,73	9,08	102,14	1,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	17	1,26	1,60	12,43	69,19	0,00
2008		ЯБЛОКО	111	0,44	0,44	10,87	52,13	11,09
<b>Итого</b>			<b>553</b>	<b>33,62</b>	<b>26,95</b>	<b>70,32</b>	<b>666,88</b>	<b>12,52</b>
<b>Всего</b>				<b>77,69</b>	<b>75,56</b>	<b>214,45</b>	<b>1 861,32</b>	<b>45,25</b>