

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

27 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		
Завтрак								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ(с пшеном)	180	5,01	4,84	17,67	135,06	0,65
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	45/5/10	5,80	7,82	22,39	183,79	0,07
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,77	2,16	12,61	81,58	0,46
Итого			440	16,03	17,04	52,81	430,73	1,18
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	94	0,47	0,09	9,46	40,26	1,87
Итого			94	0,47	0,09	9,46	40,26	1,87
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,91	1,99	4,33	39,40	9,42
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	13,09	8,54	23,75	227,49	14,39
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	155	13,26	16,22	13,95	255,13	7,41
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,11	0,11	10,43	43,70	1,06
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,18	0,58	19,08	95,40	0,00
Итого			623	30,55	27,44	71,54	661,12	32,28
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	9,35	12,31	5,97	172,10	0,20
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	95	1,04	3,28	6,84	61,84	7,96
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,08	0,17	13,68	64,58	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,09	0,00	8,15	33,46	0,53
2008		ПЕРСИКИ	78	0,54	0,06	5,76	27,31	2,50
2008		ПРЯНИКИ	55	3,22	2,56	40,91	199,63	0,00
Итого			533	16,32	18,38	81,31	558,92	11,19
Всего				63,37	62,95	215,12	1 691,03	46,52