

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

26 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	6,28	5,97	19,41	157,45	0,78
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	18	2,20	1,99	0,12	27,17	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	51/6	3,93	4,90	25,69	162,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,35	2,83	14,17	96,32	0,62
Итого			435	15,76	15,69	59,39	443,54	1,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,54	2,32	1,95	31,95	11,57
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,82	10,24	10,92	159,64	17,14
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	17,74	10,62	4,96	186,27	0,86
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,21	5,37	12,87	109,06	6,01
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,13	12,76	54,08	1,78
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,46	0,63	20,75	103,77	0,00
Итого			652	29,93	29,31	64,21	644,77	37,36
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	115	17,30	11,29	17,25	243,38	0,18
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,60	1,31	4,45	31,99	0,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,37	0,19	15,61	73,68	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,25	2,56	13,90	92,29	0,55
2008		ВАФЛИ	22	0,62	0,73	17,18	78,67	0,00
Итого			378	24,14	16,08	68,39	520,01	0,82
Всего				70,33	61,18	202,09	1 651,32	41,58