

Утверждаю

заведующий

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

# МЕНЮ

1 июля 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	295	12,08	12,11	49,88	358,19	0,05
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	55/5	4,37	6,24	28,54	187,80	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	4,11	3,46	17,89	120,09	0,76
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>20,56</b>	<b>21,81</b>	<b>96,31</b>	<b>666,08</b>	<b>0,81</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	86	0,42	0,09	8,40	35,75	0,68
<b>Итого</b>			<b>86</b>	<b>0,42</b>	<b>0,09</b>	<b>8,40</b>	<b>35,75</b>	<b>0,68</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	75	1,01	4,22	5,95	65,74	2,78
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/35	9,49	15,67	12,71	230,35	6,65
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	215	20,76	9,46	24,75	289,16	13,98
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,64	0,66	21,83	109,17	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
<b>Итого</b>			<b>740</b>	<b>34,90</b>	<b>30,01</b>	<b>73,53</b>	<b>727,58</b>	<b>23,41</b>
<b>Полдник</b>								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130	17,93	14,59	20,19	287,31	0,19
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,05	4,09	8,69	75,91	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,60	0,21	17,09	80,65	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,04	4,35	8,34	93,86	0,93
2008		ПРЯНИКИ	38	2,22	1,77	28,18	137,50	0,00
2008		ПЕРСИКИ	186	1,30	0,15	13,69	64,83	5,94
<b>Итого</b>			<b>617</b>	<b>30,14</b>	<b>25,16</b>	<b>96,18</b>	<b>740,06</b>	<b>7,19</b>
<b>Всего</b>				<b>86,02</b>	<b>77,07</b>	<b>274,42</b>	<b>2 169,47</b>	<b>32,09</b>