

Утверждаю

заведующий

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

## МЕНЮ

3 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,54	5,96	19,35	153,71	0,76
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55/5/10	7,07	7,66	30,15	218,44	0,07
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,12	2,63	13,46	90,72	0,57
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>20,69</b>	<b>20,74</b>	<b>63,23</b>	<b>524,16</b>	<b>1,40</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	94	0,47	0,09	9,52	40,54	1,89
<b>Итого</b>			<b>94</b>	<b>0,47</b>	<b>0,09</b>	<b>9,52</b>	<b>40,54</b>	<b>1,89</b>
<b>Обед</b>								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	55	0,48	3,08	1,53	36,65	9,55
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,59	9,15	15,20	165,50	4,95
2012	297	ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И РИСОМ	200	15,92	19,11	14,27	293,43	63,76
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,09	10,28	43,27	1,21
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,96	0,72	23,76	118,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>675</b>	<b>26,09</b>	<b>32,15</b>	<b>65,04</b>	<b>657,64</b>	<b>79,47</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	19,35	13,52	13,54	257,12	0,21
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,84	2,61	5,51	49,04	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,72	0,22	17,92	84,58	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,78	4,12	7,92	89,05	0,88
2008		ПЕЧЕНЬЕ	16	1,16	1,48	11,49	63,96	0,00
2008		ЯБЛОКО	101	0,40	0,40	9,86	47,28	10,06
<b>Итого</b>			<b>508</b>	<b>29,25</b>	<b>22,35</b>	<b>66,24</b>	<b>591,03</b>	<b>11,28</b>
<b>Всего</b>				<b>76,50</b>	<b>75,33</b>	<b>204,03</b>	<b>1 813,37</b>	<b>94,04</b>