

Утверждаю

И.о заведующий
МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"
_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

25 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	6,25	6,30	26,04	186,62	0,03
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	4,43	24,38	152,26	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	1,50	1,65	16,77	87,99	0,10
Итого			385	11,49	12,38	67,19	426,87	0,13
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								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,88	2,40	3,65	39,53	1,86
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	5,08	9,39	11,60	151,58	4,73
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	11,94	15,14	2,86	195,44	1,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,27	5,12	19,24	139,80	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,66	30,64	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			680	25,47	32,65	64,81	655,99	7,59
Полдник								
2012	449	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	80	6,23	9,47	48,11	302,68	0,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			320	15,35	15,44	94,04	577,81	1,19
Всего				52,81	60,57	236,14	1 703,67	10,91