

Утверждаю

заведующий

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

\_\_\_\_\_/Золотарева Н.Е./

## МЕНЮ

19 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	4,99	4,98	17,40	134,84	0,70
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,84	2,40	12,48	83,48	0,53
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55/5/10	6,47	7,50	26,80	201,20	0,07
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>19,26</b>	<b>19,37</b>	<b>56,95</b>	<b>480,81</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,49	0,10	9,95	42,38	1,97
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,95</b>	<b>42,38</b>	<b>1,97</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,37	2,48	1,15	28,27	1,90
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,99	9,51	15,44	171,43	5,06
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	205	14,63	16,47	14,63	266,58	21,42
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,13	11,31	48,18	1,65
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,34	0,61	20,06	100,28	0,00
<b>Итого</b>			<b>666</b>	<b>24,51</b>	<b>29,20</b>	<b>62,59</b>	<b>614,74</b>	<b>30,03</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	18,74	12,99	14,21	252,34	0,20
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,92	2,63	5,92	51,18	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,46	0,20	16,17	76,31	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,02	4,33	8,31	93,53	0,93
2008		ВАФЛИ	46	1,28	1,50	35,21	161,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>28,42</b>	<b>21,65</b>	<b>79,82</b>	<b>634,63</b>	<b>1,26</b>
<b>Всего</b>				<b>72,68</b>	<b>70,32</b>	<b>209,31</b>	<b>1 772,56</b>	<b>34,56</b>