

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

12 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		
Завтрак								
2012	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	5,73	6,68	17,97	155,74	0,73
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,44	25,13	155,81	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,11	15,10	104,73	0,57
Итого			435	15,83	16,45	58,34	446,58	1,30
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		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	65	0,52	2,97	1,57	35,00	2,86
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	6,98	11,54	8,80	167,64	17,30
2008	265	ПЛОВ	200	14,54	17,28	30,69	336,50	1,17
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,71	45,28	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			675	25,50	32,50	71,57	683,42	22,72
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	6,04	4,75	42,81	238,12	0,10
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ПЕРСИКИ	135	0,94	0,11	9,95	47,14	4,32
Итого			415	14,33	9,42	76,19	450,59	5,36
Всего				56,16	58,47	216,20	1 623,59	31,38