

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

18 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	5,48	5,23	17,20	138,58	0,68
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,44	25,13	155,81	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	250	5,53	4,66	18,25	138,59	0,94
Итого			525	19,82	18,82	60,85	494,27	1,62
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	50	0,39	2,48	1,20	28,53	1,98
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,41	7,66	11,80	134,04	13,28
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	12,04	14,73	30,45	302,50	1,27
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,09	10,28	43,27	1,21
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			660	20,28	25,56	73,53	607,34	17,74
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	120	17,75	12,43	20,10	266,53	0,17
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,60	1,99	4,64	38,84	0,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	250	7,03	6,06	11,64	130,95	1,30
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			530	28,07	21,07	61,23	554,37	11,55
Всего				68,67	65,55	205,71	1 698,98	32,91