

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

22 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	210	7,52	6,85	24,63	191,05	1,09
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	32	3,97	3,59	0,22	49,05	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	70/8/10	7,82	10,34	34,18	261,79	0,08
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	220	5,99	5,09	21,56	157,40	1,11
Итого			550	25,30	25,87	80,59	659,29	2,28
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,25	0,05	5,05	21,50	1,00
Итого			50	0,25	0,05	5,05	21,50	1,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	88	0,68	2,03	2,12	29,34	3,51
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	11,09	12,44	12,45	206,16	14,00
2008	265	ПЛОВ	295	25,76	30,20	38,53	528,85	1,50
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,03	0,00	7,85	32,14	0,58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	66	4,36	0,79	26,14	130,68	0,00
Итого			809	41,92	45,46	87,09	927,17	19,59
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	65	6,23	6,19	45,96	264,34	0,16
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	252	7,09	6,11	11,74	132,00	1,31
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ЯБЛОКО	88	0,35	0,35	8,63	41,37	8,80
Итого			445	16,72	12,90	86,40	532,44	10,27
Всего				84,19	84,28	259,13	2 140,40	33,14