

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

26 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	3,54	5,37	23,80	157,59	0,10
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	1,87	1,94	14,83	84,72	0,08
Итого			435	11,71	13,97	63,90	428,42	0,18
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	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	65	1,24	3,00	6,67	59,17	3,02
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,62	8,77	8,76	132,99	19,91
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,81	4,41	29,48	168,76	0,00
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	13,70	8,98	1,59	141,66	1,37
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,09	10,28	43,27	1,21
Итого			675	25,81	25,85	76,58	644,85	25,51
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	65	6,11	6,35	49,78	280,44	0,07
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/4	0,12	0,00	8,23	34,16	0,71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			287	8,52	6,54	73,06	385,65	0,78
Всего				46,54	46,46	223,64	1 501,92	28,47