

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

2 августа 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	5,76	5,48	17,67	143,82	0,73
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,97	4,49	0,27	61,37	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,11	2,43	13,96	90,79	0,52
Итого			445	16,92	16,78	52,01	428,11	1,25
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,81	2,00	4,78	40,25	2,24
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	10,37	7,32	26,35	215,86	16,53
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	12,97	15,00	9,56	224,73	0,41
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/4	4,29	3,70	27,38	160,16	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,09	0,02	13,34	54,32	0,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			684	31,83	28,64	101,21	794,32	19,79
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,21	5,92	46,16	262,61	0,19
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,02	0,00	7,79	31,55	0,29
Итого			380	8,92	6,51	78,80	412,21	10,48
Всего				58,17	52,03	242,12	1 677,64	33,52