

Утверждаю

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

//

МЕНЮ

2 сентября 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	180	4,53	4,35	13,58	112,06	0,69
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	21	2,65	2,40	0,15	32,70	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35/3/10	4,48	5,36	17,09	134,98	0,06
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,78	2,36	9,77	72,10	0,52
Итого			429	14,44	14,47	40,59	351,84	1,27
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	96	0,48	0,10	9,70	41,28	1,92
Итого			96	0,48	0,10	9,70	41,28	1,92
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,66	3,27	3,93	48,19	5,92
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/35	6,35	8,51	8,08	134,64	4,96
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	90	17,20	11,83	2,06	183,47	2,08
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,05	5,63	21,37	144,27	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,07	0,38	12,41	62,03	0,00
Итого			696	28,33	29,62	55,59	603,56	12,96
Полдник								
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	5,68	6,88	42,34	253,88	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	263	7,41	6,38	12,26	137,93	1,37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,58	0,13	10,37	48,94	0,00
2008		ЯБЛОКО	87	0,35	0,35	8,51	40,82	8,69
Итого			441	15,02	13,74	73,48	481,57	10,06
Всего				58,27	57,93	179,36	1 478,25	26,21