

Утверждаю

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

//

МЕНЮ

9 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	225	9,14	9,54	38,35	276,75	0,04
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,92	4,45	25,63	158,18	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,04	2,31	22,01	117,13	0,13
Итого			460	15,10	16,30	85,99	552,06	0,17
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,51	0,11	10,29	43,80	0,84
Итого			105	0,51	0,11	10,29	43,80	0,84
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	2,97	4,85	49,30	2,27
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/35	10,21	12,38	16,67	218,87	6,05
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	18,41	9,36	16,06	242,06	12,68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	71	4,69	0,85	28,12	140,58	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
Итого			726	34,13	25,56	73,44	681,77	21,00
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	110	15,37	10,45	14,94	218,19	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,01	3,03	8,02	63,41	0,12
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,20	0,26	21,08	99,46	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	175	4,93	4,25	8,16	91,78	0,91
2008		ПЕЧЕНЬЕ	42	3,11	3,95	30,70	170,94	0,00
Итого			419	27,62	21,94	82,90	643,78	1,19
Всего				77,36	63,91	252,62	1 921,41	23,20