

Утверждаю

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

//

МЕНЮ

18 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	22	2,70	2,44	0,15	33,35	0,00
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	6,08	5,50	19,27	151,85	0,76
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	54/5	4,14	4,46	27,08	165,00	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,21	2,72	14,16	94,61	0,60
Итого			441	16,13	15,12	60,66	444,81	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	91	0,45	0,09	9,18	39,09	1,82
Итого			91	0,45	0,09	9,18	39,09	1,82
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	65	0,70	3,76	2,57	48,51	15,23
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,98	9,69	13,78	167,06	16,05
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	15,13	7,96	5,77	155,03	0,82
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,91	5,47	18,28	134,30	8,71
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,09	0,02	13,51	54,95	0,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	61	4,02	0,73	24,12	120,60	0,00
Итого			686	28,83	27,63	78,03	680,45	41,41
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	115	15,27	10,21	18,05	228,25	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,61	1,60	4,39	34,39	0,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,50	0,20	16,42	77,50	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,25	2,49	14,59	94,50	0,54
2008		ВАФЛИ	27	0,76	0,90	21,08	96,55	0,00
Итого			385	22,39	15,40	74,53	531,19	0,78
Всего				67,80	58,24	222,40	1 695,54	45,37