

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

17 октября 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ(с пшеном)	200	7,26	6,49	21,10	173,40	1,08
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	45/5/10	5,45	7,42	20,11	169,63	0,07
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,54	3,60	15,70	114,32	0,77
Итого			440	17,25	17,51	56,91	457,35	1,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,88	42,04	1,96
Итого			98	0,49	0,10	9,88	42,04	1,96
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,80	1,44	3,68	31,29	7,52
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	11,39	6,85	22,34	199,25	10,75
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	185	15,71	17,43	18,44	293,71	14,63
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,04	9,71	40,77	1,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,69	0,49	16,12	80,61	0,00
Итого			636	30,75	26,25	70,29	645,63	34,13
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	75	1,09	3,07	6,59	59,24	11,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,85	0,15	12,18	57,50	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7/5	0,08	0,00	7,12	29,17	0,42
2008		ПЕЧЕНЬЕ	22	1,64	2,08	16,18	90,11	0,00
2008		БАНАН	86	1,29	0,43	18,00	82,28	8,57
Итого			439	10,91	10,22	60,34	379,59	20,43
Всего				59,40	54,08	197,42	1 524,61	58,44