

Утверждаю

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

//

## МЕНЮ

7 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ( с пшеном)	180	5,61	5,39	19,58	150,15	0,73
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,44	25,13	155,81	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,11	13,16	96,99	0,57
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,26</b>	<b>12,94</b>	<b>57,87</b>	<b>402,95</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	2,92	3,61	45,14	9,45
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,62	10,26	11,97	162,97	6,29
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,50	0,50	19,80	94,00	18,00
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	80	14,87	10,49	2,12	162,41	2,61
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,22	0,15	11,98	51,44	1,99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>27,47</b>	<b>24,92</b>	<b>69,28</b>	<b>614,96</b>	<b>38,34</b>
<b>Полдник</b>								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	15,46	11,44	18,25	240,42	0,15
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,93	2,24	6,41	49,57	0,13
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,05	4,37	8,37	94,18	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>23,73</b>	<b>18,24</b>	<b>48,08</b>	<b>455,22</b>	<b>1,22</b>
<b>Всего</b>				<b>64,96</b>	<b>56,20</b>	<b>185,33</b>	<b>1 516,13</b>	<b>42,86</b>