

Утверждаю

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

//

МЕНЮ

5 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		
Завтрак								
2012	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	5,85	6,81	18,51	159,60	0,75
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,90	4,44	25,52	157,63	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,92	3,21	13,34	99,22	0,59
Итого			420	13,67	14,46	57,37	416,45	1,34
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ пшеничный	180	6,61	9,95	17,54	186,25	6,03
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,25	8,21	14,19	140,14	18,56
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,61	9,15	4,66	155,18	0,76
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,11	0,06	9,62	40,09	0,93
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,14	0,57	18,87	94,34	0,00
Итого			648	25,96	27,97	65,39	619,90	27,78
Полдник								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,87	5,28	25,84	170,07	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,35	0,19	15,44	72,87	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,15	2,74	21,27	118,44	0,00
2008		БАНАН	140	2,10	0,70	29,40	134,40	14,00
Итого			511	11,47	8,91	101,63	534,48	14,00
Всего				51,60	51,44	234,49	1 613,83	45,12