

Утверждаю

заведующий

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

\_\_\_\_\_/Золотарева Н.Е./

## МЕНЮ

20 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,01	5,00	17,77	136,59	0,70
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,75	25,13	195,78	0,07
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,88	2,43	12,54	84,14	0,53
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>19,07</b>	<b>19,67</b>	<b>55,71</b>	<b>477,80</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	0,93	3,29	4,62	52,35	8,79
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,16	9,31	15,03	164,77	4,84
2008	265	ПЛОВ	200	14,30	17,45	35,34	355,70	1,34
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>23,69</b>	<b>30,65</b>	<b>84,47</b>	<b>710,52</b>	<b>14,97</b>
<b>Полдник</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,61	0,05	5,19	24,22	0,97
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	17,34	12,30	13,94	239,12	0,18
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,93	2,77	5,78	51,99	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>28,45</b>	<b>22,50</b>	<b>70,27</b>	<b>602,76</b>	<b>2,22</b>
<b>Всего</b>				<b>71,71</b>	<b>72,92</b>	<b>220,55</b>	<b>1 834,08</b>	<b>20,49</b>