

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

22 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	7,68	7,16	23,72	191,20	0,97
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,17	3,23	18,87	122,10	0,69
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	54	6,62	5,99	0,37	81,83	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,07
Итого			479	24,69	23,86	68,09	588,44	1,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,53	0,11	10,64	45,28	2,11
Итого			105	0,53	0,11	10,64	45,28	2,11
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	45	0,29	3,27	0,80	34,44	0,77
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,51	9,86	14,67	170,13	11,28
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	90	14,79	16,23	10,88	248,39	0,42
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/4	5,72	4,68	36,51	211,13	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,09	0,02	13,50	54,95	0,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	67	4,40	0,80	26,40	132,00	0,00
Итого			716	30,80	34,86	102,76	851,04	13,07
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,22	5,86	47,45	267,25	0,19
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			390	14,73	10,88	85,68	503,15	11,11
Всего				70,75	69,71	267,17	1 987,91	28,02