

Утверждаю

заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"
/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

26 ноября 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,82	4,18	14,12	110,01	0,48
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	2,99	4,82	19,51	133,45	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150	2,34	1,94	10,34	68,76	0,44
Итого			345	9,15	10,94	43,97	312,22	0,92
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,98	3,26	33,01	1,53
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	3,94	6,98	8,77	113,86	3,99
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	40	5,70	8,22	1,52	102,85	0,34
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,65	4,50	16,49	120,95	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,10	0,06	8,58	35,77	0,87
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,42	0,44	14,52	72,60	0,00
Итого			527	16,36	22,18	53,14	479,04	6,73
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	115	17,31	11,92	16,31	245,15	0,18
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,60	1,53	4,02	32,14	0,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,44	0,12	9,48	44,73	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	152	4,28	3,70	7,09	79,73	0,79
Итого			316	23,63	17,27	36,90	401,75	1,05
Всего				49,64	50,49	144,11	1 236,01	10,70