

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

10 декабря 2024 г.

Сад 10,5 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,24	5,19	18,05	140,78	0,72
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	21	2,58	2,34	0,15	31,93	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,15	4,44	20,56	134,81	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,36	2,78	13,68	93,97	0,62
Итого			426	14,33	14,75	52,44	401,49	1,34
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,49	0,10	9,99	42,55	1,98
Итого			99	0,49	0,10	9,99	42,55	1,98
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	2,95	4,86	49,23	2,28
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,15	8,67	10,39	136,81	4,59
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	13,49	14,42	10,54	225,56	0,39
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,96	5,12	11,26	104,52	25,55
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,77	45,55	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			680	24,88	31,87	67,62	660,67	34,20
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	14,31	9,97	18,10	222,08	0,14
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,93	2,20	5,42	45,28	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,12	9,89	46,66	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,16	4,44	8,54	96,03	0,95
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
Итого			373	23,38	18,61	56,57	491,45	1,22
Всего				63,08	65,33	186,62	1 596,16	38,74