

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

12 декабря 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	4,46	4,43	14,19	114,99	0,51
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	21	2,65	2,40	0,15	32,70	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,45	7,69	20,11	172,10	0,07
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,63	2,04	12,40	79,00	0,44
Итого			436	15,19	16,56	46,85	398,79	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,75	1,98	4,02	37,36	7,19
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,73	10,47	25,47	249,90	7,59
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,17	18,46	21,74	309,78	10,71
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,08	0,56	18,48	92,40	0,00
Итого			657	30,73	31,47	77,45	720,40	25,49
Полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35	0,29	1,98	0,85	23,00	0,78
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	100	12,82	7,68	8,21	167,08	9,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	0,17	14,05	66,31	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,10	0,00	7,98	32,82	0,52
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
Итого			486	17,97	13,05	62,80	458,20	20,39
Всего				64,39	61,18	197,00	1 620,39	48,90