

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

24 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,26	5,38	18,12	142,96	0,72
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	21	2,62	2,37	0,15	32,38	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,34	2,76	13,55	93,19	0,61
Итого			426	14,30	14,89	51,93	400,66	1,33
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	60	0,82	2,97	4,86	49,35	2,28
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,82	9,53	10,34	146,75	4,55
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	12,67	14,47	10,73	223,58	0,39
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,94	5,04	10,95	102,59	25,55
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,12	10,95	46,43	1,47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,49	0,64	20,96	104,82	0,00
Итого			683	24,90	32,77	68,79	673,52	34,24
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	110	16,23	10,93	17,13	234,91	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,90	2,05	5,27	43,38	0,13
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,70	3,07	15,27	104,65	0,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,62	0,13	10,63	50,15	0,00
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,79	46,97	9,99
Итого			496	23,69	17,57	81,28	586,26	10,88
Всего				63,39	65,33	212,10	1 703,44	48,45