

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

20 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 пшениный	180	5,67	5,66	19,54	152,67	0,77
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	46	5,66	5,13	0,31	70,05	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,48	8,92	19,04	183,30	0,11
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,82	2,31	13,70	87,41	0,53
Итого			466	20,63	22,02	52,59	493,43	1,41
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,88	42,08	1,96
Итого			98	0,49	0,10	9,88	42,08	1,96
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,87	2,81	4,34	46,78	8,70
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,85	9,45	12,18	157,34	3,88
2008	265	ПЛОВ	205	14,66	15,26	31,27	321,37	1,58
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,12	12,70	53,74	1,71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			675	24,83	28,24	80,29	678,23	15,87
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,41	5,92	41,17	239,62	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	166	4,69	4,04	7,75	87,15	0,86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,18	0,18	14,33	67,62	0,00
2008		ЯБЛОКО	70	0,28	0,28	6,84	32,81	6,98
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
Итого			365	14,78	13,24	92,02	549,30	7,84
Всего				60,73	63,60	234,78	1 763,04	27,08