

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

25 декабря 2024 г.

Сад 12 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	4,15	4,42	13,17	109,48	0,50
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	1,62	1,77	15,94	86,31	0,10
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/6/10	5,46	8,20	19,05	172,52	0,07
Итого			416	11,23	14,39	48,16	368,31	0,67
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,54	0,11	10,82	46,07	2,14
Итого			107	0,54	0,11	10,82	46,07	2,14
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	45	0,38	2,13	1,14	26,06	1,02
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	7,03	11,76	13,21	186,76	4,56
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	18,58	7,34	19,33	237,69	12,69
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,31	0,42	13,86	69,30	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			655	28,30	21,65	57,22	558,51	18,27
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	80	10,57	8,87	40,77	285,93	0,18
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,68	1,65	16,12	86,20	0,08
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,73	0,06	6,62	30,65	1,16
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			440	13,94	11,64	88,77	520,57	11,42
Всего				54,01	47,79	204,97	1 493,46	32,50