

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

9 января 2025 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	3,58	4,24	24,87	152,17	0,11
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,89	1,76	17,44	93,28	0,08
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
Итого			405	8,55	10,38	62,42	377,58	0,19
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 СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,39	2,96	1,17	33,72	1,04
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	9,13	6,27	25,19	196,77	7,13
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	80	10,98	6,32	1,55	106,82	1,34
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,47	4,50	19,96	130,39	10,08
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			670	26,27	20,65	75,41	597,66	19,59
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,09	6,79	51,47	291,21	0,17
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150	2,59	2,15	11,11	74,79	0,48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			250	10,97	9,13	77,63	437,05	0,65
Всего				46,29	40,26	225,36	1 455,29	22,43