

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

17 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 пшениный	180	5,28	5,31	17,55	140,02	0,73
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,65	2,18	12,17	79,55	0,49
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	2,92	4,36	19,04	127,05	0,00
Итого			420	10,85	11,85	48,76	346,62	1,22
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		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,95	3,05	4,96	51,39	2,58
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,91	10,73	12,39	173,69	4,13
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	13,61	16,27	11,38	246,03	0,39
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,01	7,28	11,51	125,20	25,73
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,71	45,28	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			680	27,94	38,04	70,75	740,59	34,22
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,96	6,68	42,28	253,00	0,10
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ЯБЛОКО	70	0,28	0,28	6,86	32,90	7,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,73	0,06	6,75	31,17	1,15
Итого			410	14,32	11,58	79,32	482,40	9,19
Всего				53,61	61,57	208,93	1 612,61	46,63