

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

15 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	3,37	3,95	28,52	162,71	0,11
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	1,61	1,76	15,59	84,80	0,10
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	2,95	4,37	19,23	127,98	0,00
Итого			425	10,38	12,30	63,48	405,79	0,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,94	42,30	1,97
Итого			98	0,49	0,10	9,94	42,30	1,97
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,62	3,04	3,22	43,56	9,63
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	6,45	9,74	16,09	177,94	5,93
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	3,82	4,46	24,32	152,67	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,69	15,31	9,97	224,14	0,32
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,06	0,56	18,36	91,82	0,00
Итого			646	25,64	33,11	79,70	721,09	15,88
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120	12,12	11,52	19,59	232,75	0,12
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,83	2,22	3,81	38,65	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,18	0,18	14,36	67,79	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,08	4,38	8,41	94,63	0,94
2008		ПРЯНИКИ	45	2,66	2,12	33,75	164,70	0,00
2008		ЯБЛОКО	82	0,33	0,33	8,05	38,61	8,22
Итого			507	23,20	20,75	87,97	637,13	9,41
Всего				59,71	66,26	241,09	1 806,31	27,47