

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

23 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	4,31	4,47	15,05	118,22	0,55
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	13,49	85,55	0,47
Итого			435	12,70	13,27	48,79	366,55	1,02
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,78	2,48	4,67	44,49	7,33
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,72	9,88	25,46	244,62	7,41
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,56	4,51	20,69	133,82	10,45
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	10,53	8,43	4,50	135,72	0,80
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			660	29,89	25,90	82,86	688,61	25,99
Полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	140	2,90	3,14	21,40	125,52	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,09	0,00	7,96	32,67	0,49
2008		БАНАН	120	1,80	0,60	25,20	115,20	12,00
Итого			483	7,08	3,93	69,61	344,44	12,49
Всего				50,17	43,20	211,16	1 442,60	41,50