

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

7 февраля 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	220	8,58	9,10	27,43	227,21	1,09
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	18	2,20	1,99	0,12	27,17	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	55/5	4,44	4,94	29,03	178,39	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	235	5,64	4,61	18,80	141,00	0,85
Итого			533	20,86	20,64	75,38	573,77	1,94
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,52	44,77	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,52	44,77	2,08
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,87	3,29	5,90	56,57	2,40
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	6,16	12,35	9,36	173,47	10,13
2008	265	ПЛОВ	205	15,01	18,31	35,07	365,20	1,35
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,22	0,14	12,47	53,11	1,85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,49	0,45	14,96	74,80	0,00
Итого			663	24,75	34,54	77,76	723,15	15,73
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,61	0,05	5,38	25,00	0,97
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	6,00	7,24	42,18	258,09	0,10
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	184	5,19	4,47	8,58	96,61	0,96
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,39	0,28	22,30	105,25	0,00
2008		БАНАН	111	1,67	0,56	23,36	106,77	11,12
Итого			459	16,86	12,60	101,80	591,72	13,15
Всего				62,99	67,88	265,46	1 933,41	32,90