

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

14 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	5,76	5,48	17,67	143,82	0,73
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,65	2,18	12,17	79,55	0,49
Итого			425	13,94	14,26	50,09	385,80	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 СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,82	3,04	5,16	51,78	2,64
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,05	9,84	12,49	162,67	4,67
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,01	7,28	11,51	125,20	25,73
2012	273	МЯСО ОТВАРНОЕ	60	9,81	8,39	0,36	115,96	0,14
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,23	0,18	12,38	53,30	2,09
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			660	23,22	29,33	61,70	607,91	35,27
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	80	11,79	9,60	44,21	311,54	0,19
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		БАНАН	120	1,80	0,60	25,20	115,20	12,00
Итого			410	20,94	14,76	92,84	592,07	13,13
Всего				58,60	58,45	214,73	1 628,78	51,62