

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

17 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	4,27	4,04	15,00	113,95	0,60
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,47	2,24	0,14	30,56	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,27	1,87	10,71	69,25	0,42
Итого			445	15,23	15,63	50,98	407,07	1,02
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	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,85	2,19	4,09	39,44	2,02
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/35	7,48	10,67	11,93	173,52	7,05
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	13,71	10,84	1,48	158,12	0,77
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,71	3,82	28,45	159,01	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,60	30,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			705	28,05	28,12	73,35	659,50	9,84
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,61	0,05	5,99	27,42	0,96
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	5,98	6,68	41,59	250,37	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		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			430	15,44	11,79	92,01	539,12	12,00
Всего				59,22	55,64	226,44	1 648,69	24,86