

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

18 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 | 93 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180 | 4,95 | 4,91 | 17,18 | 133,55 | 0,68 |
| 2012 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 20 | 2,45 | 2,22 | 0,14 | 30,30 | 0,00 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40/5 | 3,08 | 4,38 | 20,11 | 132,13 | 0,00 |
| 2012 | 394 | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 180 | 3,16 | 2,62 | 13,00 | 88,98 | 0,58 |
| Итого | | | 425 | 13,64 | 14,13 | 50,43 | 384,96 | 1,26 |
| 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 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 0,83 | 2,97 | 4,87 | 49,38 | 2,28 |
| 2012 | 80 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый | 180 | 5,83 | 9,11 | 16,09 | 169,72 | 6,45 |
| 2012 | 282 | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70 | 11,76 | 14,32 | 9,39 | 213,21 | 0,34 |
| 2008 | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | 3,10 | 5,05 | 11,73 | 106,50 | 26,99 |
| 2012 | 376 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | 0,08 | 0,02 | 8,79 | 36,10 | 0,61 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 99,00 | 0,00 |
| Итого | | | 670 | 24,90 | 32,07 | 70,67 | 673,91 | 36,67 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) | 120 | 17,79 | 11,70 | 18,67 | 254,52 | 0,18 |
| 2012 | 351 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 0,95 | 2,44 | 6,57 | 52,20 | 0,13 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5,06 | 4,37 | 8,38 | 94,28 | 0,94 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 30 | 1,77 | 1,41 | 22,50 | 109,80 | 0,00 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| Итого | | | 500 | 27,50 | 20,44 | 75,96 | 605,16 | 11,25 |
| Всего | | | | 66,54 | 66,74 | 207,16 | 1 707,03 | 51,18 |