

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

21 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	180	6,14	6,20	19,81	160,60	0,78
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45/5	3,34	4,67	21,78	142,49	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	4,11	3,35	14,21	104,68	0,61
Итого			455	18,55	18,71	56,07	469,06	1,39
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	97	0,49	0,10	9,83	41,87	1,95
Итого			97	0,49	0,10	9,83	41,87	1,95
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	2,97	5,88	53,46	2,30
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,68	11,07	9,47	160,55	11,26
2008	265	ПЛОВ	205	14,65	17,46	31,11	340,25	1,59
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,19	0,58	19,17	95,84	0,00
Итого			673	24,35	32,08	75,31	688,80	15,15
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,60	0,05	5,15	24,04	0,96
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,39	6,18	41,56	243,22	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,08	4,38	8,41	94,63	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,34	0,19	15,42	72,76	0,00
2008		БАНАН	84	1,27	0,42	17,74	81,08	8,45
Итого			416	14,68	11,22	88,28	515,73	10,35
Всего				58,07	62,11	229,49	1 715,46	28,84