

Утверждаю

заведующий

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

## МЕНЮ

20 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	3,00	2,88	10,14	78,93	0,38
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,21	7,40	18,49	161,97	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,99	1,52	9,44	59,89	0,33
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>12,68</b>	<b>14,04</b>	<b>38,21</b>	<b>331,44</b>	<b>0,71</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>102</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,90</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	33	0,26	0,03	0,56	4,26	1,64
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,33	9,10	25,64	236,79	7,58
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,28	9,77	4,65	159,76	0,86
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,56	4,51	20,71	133,91	10,46
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,53	30,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,06	0,56	18,34	91,72	0,00
<b>Итого</b>			<b>649</b>	<b>31,49</b>	<b>23,97</b>	<b>77,43</b>	<b>656,54</b>	<b>20,54</b>
<b>Полдник</b>								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,79	2,76	4,65	46,89	1,73
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	100	12,70	7,34	9,24	167,83	9,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,11	0,17	13,87	65,47	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,09	0,00	7,74	31,76	0,49
2008		БАНАН	120	1,80	0,60	25,24	115,38	12,02
<b>Итого</b>			<b>491</b>	<b>17,49</b>	<b>10,87</b>	<b>60,74</b>	<b>427,33</b>	<b>23,33</b>
<b>Всего</b>				<b>62,16</b>	<b>48,98</b>	<b>186,28</b>	<b>1 458,31</b>	<b>46,58</b>