

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ 20 марта 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 пшениный	180	5,68	5,65	17,26	143,63	0,80
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/10	5,40	7,41	19,75	167,94	0,00
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	310	0,37	0,12	2,19	11,32	0,00
Итого			545	11,45	13,18	39,20	322,89	0,80
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,51	44,74	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,51	44,74	2,08
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	44	0,35	0,04	0,74	5,66	2,18
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	5,25	8,89	12,10	149,31	4,96
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,76	4,94	18,59	130,18	9,01
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	12,95	8,04	10,83	167,15	0,79
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,11	0,03	13,39	54,73	0,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,26	0,59	19,54	97,71	0,00
Итого			663	24,68	22,53	75,19	604,74	17,70
Полдник								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,79	2,49	4,82	45,13	1,73
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,86	11,97	5,30	164,44	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ЯБЛОКО	49	0,20	0,20	4,81	23,05	4,90
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,10	0,00	7,94	32,16	0,02
2008		ПРЯНИК ТВОРОЖНЫЙ	75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			467	11,48	14,78	32,91	312,14	6,81
Всего				48,13	50,59	157,81	1 284,51	27,39