

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

28 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	195	7,62	7,35	24,13	194,38	0,99
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/5	3,69	5,25	24,14	158,55	0,00
		КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	195	3,67	3,80	21,40	135,26	0,16
Итого			485	19,94	20,89	69,94	549,48	1,15
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,52	0,10	10,40	44,29	2,06
Итого			103	0,52	0,10	10,40	44,29	2,06
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,93	2,54	4,45	44,35	2,20
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,08	9,47	9,36	143,28	10,77
2008	265	ПЛОВ	205	14,64	17,46	31,06	340,00	1,54
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			665	23,95	30,07	74,35	665,33	14,51
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,46	6,20	41,36	242,88	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	191	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ	110	3,05	4,00	16,64	114,57	0,00
Итого			401	16,43	15,24	82,36	533,26	1,04
Всего				60,84	66,30	237,05	1 792,36	18,76