

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

1 апреля 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	6,02	6,14	18,89	155,91	0,78
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	2,99	4,37	19,51	129,29	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,11	13,16	96,99	0,57
Итого			405	12,81	13,62	51,56	382,19	1,35
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 С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,89	2,53	4,37	43,84	2,15
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,90	9,69	11,27	152,08	5,75
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	10,24	13,23	2,42	169,78	1,12
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,87	5,28	21,97	154,59	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			660	24,20	31,33	67,57	650,25	9,02
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	14,28	10,65	14,09	212,24	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,06	2,36	6,65	52,18	0,16
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			480	25,93	20,17	80,21	611,87	11,30
Всего				63,44	65,22	209,44	1 687,31	23,67