

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

24 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	4,64	4,68	16,82	128,40	0,64
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	4,48	24,41	152,93	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,01	2,24	14,85	87,81	0,13
Итого			415	10,39	11,40	56,08	369,14	0,77
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,52	0,10	10,58	45,06	2,10
Итого			105	0,52	0,10	10,58	45,06	2,10
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,95	2,50	4,18	42,88	2,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	7,02	10,00	12,39	167,55	3,38
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	10,93	9,99	1,53	139,56	0,71
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,71	3,59	28,45	156,93	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,00
Итого			670	25,57	26,80	78,05	656,68	6,19
Полдник								
2008		ПРЯНИК ТВОРОЖНЫЙ	79	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,51	0,20	16,49	77,81	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,45	4,42	0,00	54,56	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,10	0,00	7,89	31,97	0,02
2008		ЯБЛОКО	53	0,21	0,21	5,18	24,82	5,28
Итого			368	6,27	4,83	29,56	189,16	5,30
Всего				42,75	43,13	174,27	1 260,04	14,36