Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

8 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	168	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С САХАРОМ	150	3,69	4,16	18,59	126,39	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
		КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	185	2,46	2,51	13,76	87,95	0,10
Итого			400	11,68	13,27	52,60	376,77	0,10
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		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35	0,31	1,92	0,97	23,09	0,85
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	7,36	5,74	11,48	127,03	7,37
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,94	16,07	16,77	272,63	25,11
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,71	45,28	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			645	26,07	24,44	59,73	567,03	34,72
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	120	17,79	11,70	18,67	254,52	0,18
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,06	2,36	6,65	52,18	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
Итого			390	27,18	20,65	58,78	534,46	1,32
Всего				65,43	58,46	181,21	1 521,26	38,14