

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

3 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ пшенный	180	4,43	4,40	13,36	111,58	0,63
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/5/10	4,57	7,66	14,32	145,18	0,00
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	1,52	1,52	11,14	64,46	0,07
Итого			450	15,48	18,07	39,09	382,51	0,70
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								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,31	0,04	0,65	5,00	1,92
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	7,12	8,34	13,59	157,93	5,44
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,59	14,93	21,40	270,87	10,83
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,09	0,02	15,43	62,65	0,63
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,54	0,46	15,23	76,15	0,00
Итого			636	22,65	23,79	66,30	572,60	18,82
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	105	15,73	10,23	16,57	224,34	0,17
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,11	0,00	7,66	31,05	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,06	0,09	6,95	32,79	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,03	96,14	10,02
Итого			407	18,40	10,82	52,21	384,32	10,21
Всего				57,03	52,78	167,70	1 382,43	31,73