

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

4 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 гречневый	180	3,57	4,15	21,71	138,42	0,10
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	1,52	1,65	11,01	65,08	0,10
Итого			425	10,62	12,40	52,97	365,93	0,20
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	40	0,34	1,98	1,02	23,99	0,91
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	3,23	7,31	9,25	116,00	10,66
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,51	20,44	132,63	10,32
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	12,83	7,74	10,37	162,01	0,72
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			660	22,39	22,25	71,59	578,91	24,00
Полдник								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С САХАРОМ	110	4,43	4,24	29,97	175,84	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,40	6,19	41,35	242,52	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,10	0,00	7,94	32,18	0,02
2008		ЯБЛОКО	70	0,28	0,28	6,86	32,90	7,00
Итого			468	12,50	10,90	101,17	554,49	7,02
Всего				46,01	45,65	235,83	1 542,33	33,22