

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

11 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	200	7,56	8,16	23,62	199,28	1,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,47	2,24	0,14	30,61	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,28	4,39	21,44	138,39	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,64	3,03	13,17	95,55	0,58
Итого			445	16,95	17,82	58,37	463,83	1,58
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,51	0,10	10,34	44,00	2,05
Итого			102	0,51	0,10	10,34	44,00	2,05
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,93	3,02	4,45	48,70	2,20
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,75	5,99	9,31	98,38	10,60
2008	265	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	230	13,77	18,35	31,17	344,87	1,77
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	67	4,42	0,80	26,53	132,66	0,00
Итого			707	20,87	28,16	81,14	663,31	14,57
Полдник								
2012	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ	110	3,05	4,00	16,64	114,57	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,44	0,20	16,06	75,78	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,59	6,22	41,38	243,65	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,40	4,66	8,94	100,57	1,00
2008		ЯБЛОКО	97	0,39	0,39	9,49	45,51	9,68
Итого			492	16,87	15,47	92,51	580,08	10,68
Всего				55,20	61,55	242,36	1 751,22	28,88