

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

9 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								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,16	0,02	0,34	2,60	1,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,88	13,51	5,44	178,93	0,16
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,02	7,46	23,88	187,39	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,15	0,00	8,40	34,77	0,54
Итого			363	15,21	20,99	38,06	403,69	1,70
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,51	0,10	10,33	43,99	2,05
Итого			102	0,51	0,10	10,33	43,99	2,05
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	26	0,28	1,98	0,88	22,91	0,74
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,08	10,15	12,58	162,37	7,87
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,43	4,38	27,07	165,44	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	75	12,88	16,76	9,75	241,07	0,31
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,09	0,02	14,00	56,91	0,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,25	0,59	19,47	97,35	0,00
Итого			640	26,01	33,88	83,75	746,05	9,52
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	11,81	9,76	9,61	175,71	0,12
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	45	1,10	2,13	6,14	48,29	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,34	0,11	8,78	41,44	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,88	2,26	12,92	84,11	0,48
2008		ВАФЛИ	14	0,40	0,47	10,95	50,14	0,00
Итого			326	17,53	14,73	48,40	399,69	0,76
Всего				59,26	69,70	180,54	1 593,42	14,03