Утверждаю

И.о.заведующий
МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"
_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

28 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160	7,74	8,12	27,38	214,72	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	4,43	24,38	152,26	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/9/5	0,13	0,00	8,98	36,88	0,45
Итого			409	11,61	12,55	60,74	403,86	0,45
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,55	4,87	54,61	2,28
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,85	9,53	11,17	150,26	4,71
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,87	5,31	21,97	155,02	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,49	12,36	2,72	160,26	1,19
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
Итого			670	23,34	31,35	69,24	653,98	8,18
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	110	15,76	10,44	16,87	227,59	0,17
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,06	2,36	6,65	52,18	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
2008		ПРЯНИКИ	15	0,89	0,71	11,25	54,90	0,00
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
Итого			465	25,64	18,61	66,46	542,32	9,31
Всего				61,09	62,61	206,54	1 643,16	19,94