

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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	180	7,16	7,43	22,12	185,06	0,94
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/5	3,61	5,10	23,57	154,64	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,25	3,52	15,18	110,58	0,68
Итого			430	15,02	16,05	60,87	450,28	1,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,50	0,10	10,02	42,67	1,98
Итого			99	0,50	0,10	10,02	42,67	1,98
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,03	3,35	5,11	54,78	2,50
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,30	10,40	14,63	177,39	5,61
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	11,22	7,03	1,81	115,70	1,19
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,27	5,76	22,05	153,55	10,68
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	10,49	41,91	0,00
Итого			710	25,12	27,14	73,89	642,33	19,98
Полдник								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	55	0,99	1,74	5,43	41,64	2,72
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,82	11,84	5,24	162,82	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,39	0,19	15,70	74,07	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,15	0,00	10,00	41,09	0,50
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			488	14,23	16,05	60,77	447,91	13,36
Всего				54,87	59,34	205,55	1 583,19	36,94