

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

7 мая 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	4,51	6,87	28,17	192,76	0,12
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,46	2,51	13,76	87,95	0,10
Итого			445	15,01	18,25	62,31	474,13	0,22
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 С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,07	3,03	5,55	53,84	2,69
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,97	9,64	9,32	144,41	11,93
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	13,93	17,87	35,37	358,09	3,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			670	23,27	31,14	79,72	694,04	17,62
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,40	6,19	41,35	242,52	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,45	4,42	0,00	54,56	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,10	0,00	9,95	41,00	0,78
2008		ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
		ЗЕФИР	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			445	11,59	11,15	74,97	450,49	9,58
Всего				50,37	60,64	227,10	1 661,66	29,42