

Утверждаю

И.о.Заведующий

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

/Малько Н.Л./

МЕНЮ

27 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	6,72	6,93	20,60	172,85	0,88
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	2,99	4,37	19,51	129,29	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,07	3,38	14,27	104,90	0,65
Итого			425	13,78	14,68	54,38	407,04	1,53
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	55	0,97	2,35	4,69	43,88	2,31
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,29	8,62	11,36	140,46	4,49
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	10,26	13,24	2,35	169,70	1,22
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,87	5,28	21,97	154,59	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,45	29,77	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,55	0,65	21,32	106,62	0,00
Итого			669	23,94	30,14	69,14	645,02	8,02
Полдник								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,96	2,05	5,23	43,60	2,59
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	7,35	9,41	4,71	132,83	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,35	0,19	15,44	72,87	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/3	0,17	0,00	7,83	32,54	0,56
2008		БАНАН	108	1,62	0,54	22,61	103,38	10,77
		ЗЕФИР	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			500	12,45	12,19	55,82	385,22	14,06
Всего				50,67	57,11	189,44	1 480,28	25,61