

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

16 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	6,04	5,72	18,13	149,06	0,78
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,65	2,18	12,17	79,55	0,49
Итого			425	14,22	14,50	50,55	391,04	1,27
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		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,36	1,99	0,93	23,82	0,94
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	3,68	8,20	9,30	125,97	10,12
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	9,39	5,42	10,62	129,04	0,90
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	4,59	17,05	119,86	8,26
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180/8	0,00	0,00	7,61	30,44	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			658	19,27	20,80	65,31	528,13	20,22
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,40	6,19	41,35	242,52	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
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
Итого			295	16,46	15,39	65,20	467,13	0,98
Всего				50,45	50,79	191,16	1 429,30	24,47