

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

22 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	180	6,04	5,72	17,17	145,19	0,78
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,97	4,49	0,27	61,37	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,45	7,42	20,11	169,63	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	13,49	85,55	0,47
Итого			455	19,29	19,81	51,04	461,74	1,25
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,93	18,44	129,30	8,94
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,72	9,88	25,46	244,62	7,41
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	7,27	7,21	1,96	102,05	1,08
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			620	26,02	22,62	73,40	605,93	17,43
Полдник								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,78	2,49	4,29	42,97	1,72
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	100	12,65	7,27	8,16	162,54	9,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,15	0,00	8,07	33,40	0,50
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			503	18,04	11,76	67,87	466,76	21,31
Всего				63,85	54,29	202,21	1 577,43	41,99