

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"
_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ
11 июня 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	168	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С САХАРОМ	150	12,70	13,98	63,79	431,26	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	130/17/10	18,38	23,78	73,73	584,51	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	22,59	90,31	0,00
Итого			527	36,04	42,25	160,38	1 167,37	0,00
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,00	3,23	3,23	41,96	0,00
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,78	3,35	16,14	126,26	7,48
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	215	21,51	8,28	23,95	277,78	14,11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	153	10,12	1,84	60,72	303,60	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			788	39,41	16,70	113,72	788,30	21,59
Полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	100	4,81	5,91	15,99	137,06	0,00
2008		ПРЯНИКИ	60	3,54	2,82	45,00	219,60	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
Итого			290	11,07	11,65	93,02	521,76	2,00
Всего				87,02	70,70	377,22	2 520,43	25,59