

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

4 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	4,26	4,06	13,28	107,40	0,53
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	19	2,29	2,08	0,13	28,29	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	2,73	4,66	17,80	124,08	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,26	1,90	9,72	65,46	0,42
Итого			419	11,54	12,70	40,93	325,23	0,95
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,88	42,04	1,96
Итого			98	0,49	0,10	9,88	42,04	1,96
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	65	0,05	2,98	1,24	32,07	0,08
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	3,76	6,19	9,39	108,49	4,89
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	75	8,66	6,61	1,35	99,82	0,88
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,68	5,30	17,17	127,46	8,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,00
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,10	0,00	26,23	105,28	0,04
Итого			670	17,89	21,56	71,22	552,32	14,11
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130	19,45	12,09	22,06	278,68	0,20
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,61	1,59	4,76	35,84	0,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,70	0,14	11,19	52,83	0,00
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,14	15,40	92,68	0,46
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,03	96,15	10,02
Итого			492	26,90	17,45	97,63	662,38	10,76
Всего				56,82	51,81	219,66	1 581,97	27,78