

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
17 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	5,36	5,73	17,28	143,02	0,65
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	2,39	3,86	15,65	106,92	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	165	3,27	2,69	11,22	83,25	0,51
Итого			385	11,02	12,28	44,15	333,19	1,16
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,51	0,10	10,36	44,09	2,05
Итого			103	0,51	0,10	10,36	44,09	2,05
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	2,36	6,42	13,74	122,36	4,59
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,44	3,55	1,38	39,11	2,27
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,79	4,54	18,99	128,28	9,22
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	11,47	4,78	7,51	119,29	1,01
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,71	0,49	16,28	81,40	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,53	30,10	0,00
Итого			676	19,77	19,78	65,43	520,54	17,09
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	9,15	13,28	5,63	178,73	0,16
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	85	0,98	3,57	6,27	61,96	7,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,63	0,13	10,72	50,58	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8	0,10	0,00	7,77	32,01	0,54
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	21	1,50	1,91	14,89	82,91	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,93	5,91	41,11	241,49	0,10
Итого			545	20,34	25,15	101,09	714,88	15,32
Всего				51,64	57,31	221,03	1 612,70	35,62