

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
20 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)	215	9,63	9,60	28,87	241,87	1,20
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	16	1,98	1,79	0,11	24,51	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	65/5	5,08	7,01	33,18	216,14	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	4,86	4,03	21,69	143,54	0,90
Итого			501	21,55	22,43	83,85	626,06	2,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,50	0,10	10,01	42,61	1,98
Итого			99	0,50	0,10	10,01	42,61	1,98
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,45	3,94	1,40	42,71	2,31
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,78	9,55	15,58	172,20	11,98
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,69	4,12	18,23	121,06	8,84
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	120	20,91	23,25	15,43	354,26	0,81
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	76	5,02	0,91	30,10	150,48	0,00
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,08	0,00	23,81	95,56	0,04
Итого			746	34,93	41,77	104,55	936,27	23,98
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	70	0,95	0,08	6,96	33,20	1,50
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,61	6,20	51,04	286,19	0,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	2,70	2,72	19,80	114,63	0,13
Итого			350	12,55	9,19	92,85	505,07	1,83
Всего				69,53	73,49	291,26	2 110,01	29,89