

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
27 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	5,91	6,81	18,99	161,86	0,74
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	17	2,12	1,92	0,12	26,28	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	52/6	4,03	5,03	26,35	166,85	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,16	2,48	14,54	93,90	0,53
Итого			435	15,22	16,24	60,00	448,89	1,27
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,53	0,11	10,77	45,87	2,13
Итого			107	0,53	0,11	10,77	45,87	2,13
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,66	3,12	2,40	41,69	14,15
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,08	9,61	9,55	145,57	22,46
2012	299	ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И РИСОМ	165/40	14,45	16,18	15,96	268,38	113,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,29	0,60	19,73	98,63	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,29	33,17	0,00
Итого			675	23,48	29,51	55,93	587,44	150,21
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	55	0,65	0,05	5,38	25,20	1,03
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	75	6,59	6,14	43,15	254,34	0,11
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	154	4,34	3,74	7,19	80,81	0,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,40	0,19	15,77	74,43	0,00
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	100	2,99	3,19	15,41	102,07	0,00
Итого			415	16,97	13,31	86,90	536,85	1,94
Всего				56,20	59,17	213,60	1 619,05	155,55