

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ**3 июля 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	2,91	3,19	9,04	76,85	0,37
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	80/5	6,23	4,63	40,81	229,82	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	130	1,91	1,58	6,44	48,13	0,30
Итого			395	11,05	9,40	56,29	354,80	0,67
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,85	41,93	1,95
Итого			98	0,49	0,10	9,85	41,93	1,95
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	65	0,45	3,70	1,38	40,43	2,28
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,80	9,08	25,65	238,79	18,65
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,80	4,41	29,35	168,19	0,00
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	75	8,73	6,21	1,74	98,16	1,95
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,94	0,72	23,64	118,18	0,00
Итого			690	28,72	24,12	91,44	702,45	22,88
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,15	4,04	7,30	70,97	8,68
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,72	0,30	24,46	115,45	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,30	2,95	0,00	36,38	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	28	2,02	2,56	19,94	111,04	0,00
2008		БАНАН	79	1,18	0,39	16,57	75,75	7,89
Итого			486	15,33	14,73	78,22	509,58	16,57
Всего				55,59	48,35	235,80	1 608,76	42,07