

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
14 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	205	8,51	8,36	35,94	253,88	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60/5	4,99	4,53	32,66	191,33	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,69	3,09	15,82	106,68	0,68
Итого			450	17,19	15,98	84,42	551,89	0,68
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,48	0,10	9,55	40,67	0,78
Итого			98	0,48	0,10	9,55	40,67	0,78
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,68	2,62	2,47	37,66	14,44
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,12	2,60	13,05	104,36	5,95
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,27	5,12	19,24	139,80	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	11,22	13,56	3,60	181,42	1,12
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	68	4,46	0,81	26,73	133,65	0,00
Итого			683	27,75	24,71	72,36	625,92	21,51
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	125	17,48	12,04	17,78	252,91	0,19
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,01	2,65	7,90	59,59	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,15	4,44	8,53	95,88	0,95
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
Итого			488	29,20	22,49	85,89	668,73	8,27
Всего				74,62	63,28	252,22	1 887,21	31,24