

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

11 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	6,17	6,66	18,66	160,23	0,81
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	55/5	4,24	4,47	27,73	168,09	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,41	2,73	13,81	94,17	0,58
Итого			460	18,78	18,35	60,47	483,78	1,39
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,53	44,84	2,09
Итого			104	0,52	0,10	10,53	44,84	2,09
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,66	2,62	2,41	37,27	14,03
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,49	8,61	26,30	235,79	15,14
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	185	13,28	14,66	15,69	249,00	22,31
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	3,80	0,69	22,77	113,85	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,07	0,01	9,90	41,17	1,20
Итого			663	30,30	26,59	77,07	677,08	52,68
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	45	2,66	2,12	33,75	164,70	0,00
		ЗЕФИР	65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	188	0,94	0,19	18,94	80,63	3,75
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,48	0,20	16,31	76,97	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,30	2,95	0,00	36,38	0,00
2008		БАНАН	94	1,42	0,47	19,85	90,72	9,45
Итого			434	9,80	5,93	88,85	449,40	13,20
Всего				59,40	50,97	236,92	1 655,10	69,36