

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
23 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	6,62	5,94	20,32	162,11	0,80
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,44	25,13	155,81	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,95	2,49	12,66	85,55	0,55
Итого			435	15,90	15,11	58,25	434,12	1,35
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	109	0,54	0,11	10,97	46,69	2,17
Итого			109	0,54	0,11	10,97	46,69	2,17
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	65	0,64	3,12	2,20	40,88	14,49
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	6,63	10,55	11,82	168,95	5,02
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	11,49	3,73	8,62	114,14	1,04
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,91	5,10	18,56	132,02	8,87
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,07	0,00	20,76	83,17	0,03
Итого			690	25,04	23,10	81,76	638,16	29,45
Полдник								
2012	235, 351	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120	18,47	11,87	29,20	301,12	0,18
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,64	1,63	4,71	36,08	0,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,19	2,49	14,09	92,28	0,54
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2012	417	КАША ПШЕННАЯ С САХАРОМ	100	3,17	3,16	21,27	126,08	0,00
Итого			490	28,60	20,33	107,51	732,81	0,81
Всего				70,08	58,65	258,49	1 851,78	33,78