

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
22 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,00	3,68	15,18	110,53	0,51
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	29	3,54	3,21	0,19	43,80	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	5,01	24,39	157,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,23	1,87	14,78	85,33	0,41
Итого			444	13,51	13,77	54,54	397,26	0,92
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	70	0,74	4,41	2,70	55,09	15,68
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,84	8,40	13,66	154,11	19,21
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,14	14,16	3,17	184,75	1,28
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,52	5,74	20,42	151,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,04	0,00	15,34	62,24	0,68
Итого			685	25,58	33,31	75,09	706,51	36,85
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	140	19,74	14,02	25,65	311,54	0,20
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	55	1,34	3,12	12,68	84,25	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	189	5,31	4,57	8,78	98,78	0,98
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,50	0,04	5,42	24,52	0,79
Итого			544	31,71	24,17	96,90	738,74	9,13
Всего				71,34	71,36	237,50	1 889,20	49,07