

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
18 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)	180	4,55	5,01	14,32	121,11	0,56
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,97	4,49	0,27	61,37	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/5	3,46	4,41	22,62	143,97	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,43	1,88	9,75	66,15	0,40
Итого			450	15,41	15,79	46,96	392,60	0,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	95	0,48	0,10	9,60	40,85	1,90
Итого			95	0,48	0,10	9,60	40,85	1,90
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,46	2,49	1,41	29,71	2,32
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,86	9,12	15,16	167,01	20,26
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	13,39	15,00	11,90	235,68	0,51
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	115/4	3,21	2,38	20,54	116,50	0,00
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	175	0,06	0,00	19,06	76,41	0,02
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	59	3,91	0,71	23,47	117,33	0,00
Итого			673	26,89	29,70	91,54	742,64	23,11
Полдник								
		ЗЕФИР	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,30	2,95	0,00	36,38	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
Итого			283	4,97	3,17	24,83	148,30	0,00
Всего				47,75	48,76	172,93	1 324,39	25,97