

Утверждаю

и.о.Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ
25 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	5,94	6,47	18,29	156,08	0,76
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,82	25,13	196,43	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,21	2,55	13,46	90,24	0,55
Итого			465	20,33	21,33	57,15	504,04	1,31
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,51	0,10	10,38	44,17	2,05
Итого			103	0,51	0,10	10,38	44,17	2,05
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	55	0,46	2,49	1,41	29,71	2,32
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,31	9,92	9,68	150,06	23,37
2012	304а	ПЛОВ	205	12,45	12,61	34,60	301,59	0,96
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,06	0,00	19,06	76,41	0,02
Итого			670	21,58	25,62	84,55	656,77	26,67
Полдник								
2008	471	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	85	12,11	8,82	44,10	305,61	0,20
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	189	5,33	4,59	8,81	99,09	0,98
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	100	2,77	2,65	19,35	112,33	0,00
2008		БАНАН	112	1,68	0,56	23,51	107,49	11,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	55	0,69	0,05	6,07	28,14	1,09
Итого			571	24,87	16,86	116,89	723,71	13,47
Всего				67,29	63,91	268,97	1 928,69	43,50