

Утверждаю

и.о.Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ
28 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160	6,59	6,65	27,38	196,54	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,44	25,13	155,81	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,87	2,43	12,53	84,06	0,53
Итого			395	13,31	13,52	65,04	436,41	0,53
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Итого			100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,89	2,98	3,71	45,03	1,88
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,09	3,01	12,77	106,64	5,86
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,43	3,69	26,11	155,39	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	8,75	12,36	3,10	158,62	1,25
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,02	0,00	7,81	31,76	0,38
Итого			660	24,48	22,64	73,30	596,44	9,37
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120	17,51	11,61	18,43	251,66	0,18
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,98	2,64	7,72	58,69	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,49	0,04	4,51	20,78	0,77
Итого			520	29,60	22,02	90,72	685,76	9,02
Всего				67,88	58,28	238,86	1 760,32	19,72