

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

8 августа 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	5,87	7,23	18,35	162,86	0,76
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55/7/10	6,08	8,66	27,30	211,99	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,47	2,56	15,81	100,85	0,55
Итого			472	20,38	22,94	61,73	536,99	1,31
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,51	0,10	10,35	44,08	2,05
Итого			102	0,51	0,10	10,35	44,08	2,05
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,50	3,56	1,58	40,22	2,60
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,53	11,44	10,40	167,25	17,48
2012	304а	ПЛОВ	210	14,38	15,59	34,36	335,06	0,85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,23	0,59	19,40	97,02	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,25	0,03	12,80	53,11	1,14
Итого			689	23,89	31,21	78,54	692,66	22,07
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,65	0,05	4,83	22,99	1,03
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	75	6,49	5,22	46,07	257,30	0,11
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	190	5,34	4,60	8,83	99,26	0,98
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	100	2,79	5,22	18,34	131,50	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,48	0,20	16,31	76,97	0,00
2008		БАНАН	90	1,34	0,45	18,82	86,02	8,96
Итого			537	19,09	15,74	113,20	674,04	11,08
Всего				63,87	69,99	263,82	1 947,77	36,51