

Утверждаю

заведующий

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

\_\_\_\_\_/Золотарева Н.Е./

**МЕНЮ****14 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (пшениный)	180	5,75	5,51	19,81	152,77	0,76
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/5	3,37	4,40	21,99	141,01	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	4,08	3,29	13,41	101,06	0,59
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>15,68</b>	<b>15,44</b>	<b>55,35</b>	<b>425,49</b>	<b>1,35</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,55	0,11	11,19	47,66	2,22
<b>Итого</b>			<b>111</b>	<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>11,19</b>	<b>47,66</b>	<b>2,22</b>
<b>Обед</b>								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,66	3,12	2,40	41,71	14,26
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,39	3,02	12,97	108,83	5,96
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,89	15,72	17,51	272,59	25,96
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,80	0,51	16,79	83,95	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,24	0,03	10,32	43,18	1,12
<b>Итого</b>			<b>662</b>	<b>25,98</b>	<b>22,40</b>	<b>59,99</b>	<b>550,26</b>	<b>47,30</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	115	16,00	11,17	15,43	229,09	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,96	2,67	5,99	51,92	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,00	0,16	13,17	62,17	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	186	5,24	4,52	8,67	97,56	0,97
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	100	5,20	6,25	19,87	157,17	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
<b>Итого</b>			<b>547</b>	<b>30,45</b>	<b>25,12</b>	<b>77,83</b>	<b>665,11</b>	<b>8,27</b>
<b>Всего</b>				<b>72,66</b>	<b>63,07</b>	<b>204,36</b>	<b>1 688,52</b>	<b>59,14</b>