

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ
15 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)	180	6,11	5,14	18,82	146,96	0,74
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,97	4,49	0,27	61,37	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,19	5,30	20,84	143,82	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,15	2,46	15,96	99,28	0,53
Итого			445	17,42	17,39	55,89	451,43	1,27
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	121	0,61	0,12	12,23	52,08	2,42
Итого			121	0,61	0,12	12,23	52,08	2,42
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,44	4,21	1,35	44,95	2,23
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	7,14	12,13	15,74	201,86	13,42
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	85	13,11	16,70	10,51	244,59	0,44
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	135/4	4,30	5,07	27,40	172,60	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,47	0,05	18,85	78,93	2,10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,21	0,58	19,23	96,17	0,00
Итого			713	28,67	38,74	93,08	839,10	18,19
Полдник								
2008		ВАФЛИ	40	1,12	1,32	30,92	141,60	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
		ПЕРСИКИ	188	1,31	0,15	13,84	65,57	6,01
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/11/4	0,09	0,00	11,31	46,16	0,60
2008		БАНАН	72	1,08	0,36	15,19	69,44	7,23
Итого			525	5,89	2,02	86,31	393,82	13,84
Всего				52,59	58,27	247,51	1 736,43	35,72