

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ
19 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,52	5,13	18,87	144,62	0,72
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	4,43	24,38	152,26	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,04	2,56	12,79	87,06	0,56
Итого			435	14,78	14,36	56,18	414,59	1,28
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,53	44,84	2,09
Итого			104	0,52	0,10	10,53	44,84	2,09
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,34	3,92	1,07	40,87	1,77
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,95	9,41	11,85	156,51	12,81
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,37	5,03	26,60	169,07	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	9,70	12,88	2,71	165,51	1,07
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,47	0,63	20,79	103,95	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,01	0,00	15,37	61,48	0,00
Итого			652	23,84	31,87	78,39	697,39	15,65
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	15,36	10,79	15,62	223,87	0,15
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,16	3,20	7,05	61,72	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	190	5,34	4,61	8,85	99,52	0,99
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,63	0,05	5,27	24,61	0,99
2012	168	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	100	3,08	3,22	13,87	96,46	0,00
2008		ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			545	28,56	22,89	85,04	665,73	2,29
Всего				67,70	69,22	230,14	1 822,55	21,31