

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ
22 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	5,73	6,70	18,30	157,18	0,73
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,47	2,24	0,14	30,61	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,11	2,43	13,96	90,79	0,52
Итого			445	17,53	18,85	57,53	471,89	1,25
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,35	3,93	1,11	41,06	1,82
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,85	9,62	8,75	141,38	18,91
2012	304а	ПЛОВ	200	13,22	14,20	34,33	317,71	0,84
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			660	21,72	28,35	73,67	637,85	21,57
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,61	0,05	5,20	24,29	0,98
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	6,11	4,75	43,49	241,13	0,10
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	100	2,78	3,45	18,87	117,64	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
		ПЕРСИКИ	110	0,77	0,09	8,11	38,41	3,52
Итого			540	12,56	8,53	98,46	523,48	4,60
Всего				52,31	55,83	239,76	1 676,22	29,42