

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ
26 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	6,03	6,95	18,89	163,17	0,78
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/5	3,41	4,40	22,26	142,28	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,39	3,53	13,76	105,84	0,62
Итого			420	13,83	14,88	54,91	411,29	1,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,55	0,11	11,11	47,30	2,20
Итого			110	0,55	0,11	11,11	47,30	2,20
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,51	3,56	1,61	40,41	2,66
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	3,96	7,72	14,97	145,36	5,49
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,94	5,12	18,44	131,92	8,79
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	85	11,43	5,17	7,42	122,06	1,01
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,39	0,62	20,37	101,83	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,24	0,03	12,26	50,92	1,12
Итого			701	22,47	22,22	75,07	592,50	19,07
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	75	8,90	12,73	5,35	171,69	0,17
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	75	0,87	3,19	5,42	54,54	6,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,17	13,62	64,28	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	130	3,60	3,53	22,44	135,76	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,18	7,00
2008		ПРЯНИКИ	47	2,78	2,22	35,36	172,54	0,00
Итого			604	19,27	22,19	106,57	704,69	13,57
Всего				56,12	59,40	247,66	1 755,78	36,24