

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ**29 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	6,81	6,15	21,39	169,13	0,85
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	2,78	5,17	18,11	130,14	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,72	2,86	17,26	110,44	0,61
Итого			425	15,79	16,42	56,90	440,36	1,46
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,51	0,10	10,31	43,89	2,04
Итого			102	0,51	0,10	10,31	43,89	2,04
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	70	0,77	4,14	2,77	53,07	16,68
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	11,18	14,69	18,33	251,23	24,52
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	90	17,40	18,75	8,80	273,10	0,44
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/4	4,29	3,70	27,38	160,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	62	4,09	0,74	24,55	122,76	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	190	0,01	0,00	19,21	76,80	0,00
Итого			726	37,74	42,02	101,04	937,12	41,64
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	90	7,81	7,38	51,99	305,93	0,12
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	0,17	14,05	66,31	0,00
2008		БАНАН	76	1,13	0,38	15,88	72,58	7,56
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/3	0,09	0,00	9,90	40,45	0,49
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,68	4,71	0,00	58,20	0,00
		ПЕРСИКИ	84	0,58	0,07	6,19	29,33	2,69
Итого			487	15,43	12,71	98,01	572,80	10,86
Всего				69,47	71,25	266,26	1 994,17	56,00