

Утверждаю

заведующий

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

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ**4 сентября 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (пшениный)	180	5,31	5,01	18,59	141,54	0,69
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,72	25,13	195,51	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,22	2,71	12,40	87,73	0,54
Итого			420	14,75	15,44	56,12	424,78	1,23
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,98	2,96	3,66	45,79	9,57
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,30	9,39	26,02	240,80	7,67
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	205	12,76	15,15	23,49	281,58	11,67
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,24	0,03	10,53	43,99	1,11
Итого			675	29,58	28,13	83,50	711,16	30,02
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	9,11	13,40	5,89	180,47	0,16
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	40	0,46	2,08	1,61	28,03	9,96
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,09	0,00	8,20	33,64	0,52
2008		ПРЯНИКИ	33	1,94	1,55	24,71	120,56	0,00
2008		БАНАН	12	0,19	0,06	2,59	11,86	1,24
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,63	0,05	5,31	24,83	1,01
Итого			443	14,71	17,33	63,36	470,44	12,89
Всего				59,54	61,00	213,08	1 649,38	46,14