

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

5 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	6,57	7,77	21,20	182,07	0,83
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55/6/10	7,10	8,53	28,72	220,93	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,57	2,77	16,18	104,67	0,60
Итого			431	17,24	19,07	66,10	507,67	1,43
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								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,66	2,97	2,40	40,40	14,15
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	5,03	10,82	13,50	171,90	5,53
2012	304а	ПЛОВ	230	13,28	14,88	31,12	311,59	0,99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,77	0,69	22,63	113,14	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,10	0,10	11,38	47,41	1,00
Итого			707	22,84	29,46	81,03	684,44	21,67
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,61	0,05	5,19	24,23	0,97
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	6,09	4,35	43,04	235,90	0,10
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	100	2,70	3,49	16,45	108,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,62	0,21	17,20	81,20	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,00	0,00	7,60	30,41	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			542	12,42	8,50	99,28	526,73	11,07
Всего				53,00	57,13	256,51	1 761,84	36,17