

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

11 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 (рисовый)	180	4,96	5,15	20,10	147,42	0,73
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,44	25,13	155,81	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,56	2,16	10,92	74,02	0,47
Итого			435	13,85	13,99	56,29	407,90	1,20
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	0,65	3,12	2,35	41,42	13,95
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,23	8,74	15,27	160,74	5,50
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15,12	16,07	17,48	276,47	25,83
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,24	0,09	11,25	47,71	1,50
Итого			670	24,54	28,62	66,15	625,34	46,78
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	15,74	11,49	12,44	219,09	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,93	2,64	5,93	51,27	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	100	4,95	5,93	19,87	153,20	0,00
Итого			470	28,97	24,62	61,67	588,89	1,23
Всего				67,86	67,33	194,21	1 665,13	51,21