

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ
12 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)	180	6,34	5,98	19,67	158,78	0,80
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	26	3,19	2,89	0,17	39,40	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/5	3,41	4,98	22,27	147,62	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,47	2,69	15,30	100,04	0,58
Итого			436	16,41	16,54	57,41	445,84	1,38
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,53	0,11	10,68	45,46	2,11
Итого			106	0,53	0,11	10,68	45,46	2,11
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,66	2,97	2,40	40,40	14,15
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	255	8,95	9,28	34,11	256,87	29,94
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	13,22	14,89	10,69	229,44	0,43
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/4	4,37	3,71	27,87	162,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,44	0,63	20,65	103,24	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	185	0,29	0,06	25,93	105,15	0,46
Итого			766	30,93	31,54	121,65	897,60	44,98
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,76	0,06	6,10	28,66	1,20
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	65	6,82	5,96	51,51	286,83	0,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,56	0,21	16,85	79,50	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/3	0,09	0,00	9,89	40,38	0,49
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			452	10,63	6,63	94,15	482,36	11,89
Всего				58,50	54,82	283,89	1 871,26	60,36