

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

16 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,11	5,56	21,26	160,58	0,78
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	23	2,83	2,57	0,16	35,04	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	4,43	24,38	152,26	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,31	2,79	14,49	97,04	0,62
Итого			438	15,99	15,35	60,29	444,92	1,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,88	42,08	1,96
Итого			98	0,49	0,10	9,88	42,08	1,96
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	65	0,29	4,19	0,90	42,41	1,49
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,87	7,83	11,53	136,39	13,36
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	205	25,98	10,24	20,36	305,40	17,88
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,28	0,03	12,70	52,97	1,31
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,16	0,57	18,95	94,76	0,00
Итого			678	34,58	22,86	64,44	631,93	34,04
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	140	20,32	14,29	22,07	301,97	0,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,62	0,21	17,20	81,20	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	206	5,81	5,01	9,61	108,13	1,07
2008		БАНАН		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ВАФЛИ	34	0,96	1,13	26,50	121,37	0,00
Итого			414	29,71	20,64	75,38	612,67	1,27
Всего				80,77	58,95	209,99	1 731,60	38,67