

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

18 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	7,03	6,39	20,89	170,16	0,91
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	19	2,32	2,10	0,13	28,61	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,71	25,13	158,30	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,35	2,83	14,60	98,04	0,62
Итого			434	16,55	16,03	60,75	455,11	1,53
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,53	0,11	10,64	45,29	2,11
Итого			105	0,53	0,11	10,64	45,29	2,11
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,68	3,12	2,54	42,40	14,25
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	6,24	10,25	11,16	162,05	4,17
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	11,50	3,67	9,19	115,82	1,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,07	5,35	20,19	141,59	9,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,74	0,68	22,44	112,20	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,28	0,06	22,67	92,06	0,45
Итого			687	25,51	23,13	88,19	666,12	29,60
Полдник								
2012	235, 351	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	90	13,38	8,94	19,18	213,14	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,16	2,44	14,17	91,96	0,52
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			430	20,07	12,96	81,37	529,24	10,63
Всего				62,66	52,23	240,95	1 695,76	43,87