

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

22 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160	6,66	6,46	27,81	196,78	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,94	4,45	25,76	158,77	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,89	2,44	12,56	84,39	0,53
Итого			395	13,49	13,35	66,13	439,94	0,53
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,49	0,10	9,99	42,54	0,82
Итого			102	0,49	0,10	9,99	42,54	0,82
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,08	3,57	4,55	54,51	2,31
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,10	3,10	12,91	108,21	5,92
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	205	25,03	9,93	20,37	297,90	17,33
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	3,71	0,68	22,28	111,38	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
Итого			681	36,92	17,28	67,85	602,96	25,56
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	100	14,47	10,77	16,30	223,03	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,34	0,19	15,40	72,69	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,10	4,39	8,44	94,94	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	146	2,20	0,73	30,73	140,49	14,63
Итого			478	25,59	17,96	85,49	612,55	15,73
Всего				76,49	48,69	229,46	1 697,99	42,64