

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ
23 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	5,44	6,54	17,78	152,61	0,68
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/5	3,61	4,42	23,56	148,41	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,64	2,96	12,38	91,81	0,54
Итого			405	12,69	13,92	53,72	392,83	1,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,53	0,11	10,77	45,87	2,13
Итого			107	0,53	0,11	10,77	45,87	2,13
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,51	3,71	1,61	41,70	2,65
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/35	8,58	11,49	13,22	190,68	8,04
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,84	5,04	18,32	130,26	8,79
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	85	11,55	4,90	7,86	122,02	1,02
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,28	0,03	12,68	52,89	1,30
Итого			730	27,06	25,77	73,49	636,55	21,80
Полдник								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,66	3,12	2,41	41,78	14,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	75	8,82	12,67	5,24	170,31	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,15	2,74	21,27	118,44	0,00
Итого			445	14,97	19,07	68,35	507,48	21,36
Всего				55,25	58,87	206,33	1 582,73	46,51