

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

1 октября 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	6,20	5,78	18,69	152,59	0,79
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	52/5	3,98	4,45	26,02	159,99	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,90	2,45	12,58	84,68	0,54
Итого			437	15,53	14,90	57,43	427,56	1,33
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	2,96	4,09	45,72	1,92
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,81	9,78	11,21	152,44	4,13
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,86	5,06	18,33	130,57	8,79
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,99	13,24	10,74	209,98	0,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,11	0,56	18,64	93,18	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	185	0,28	0,06	21,52	87,52	0,45
Итого			662	23,75	31,66	84,53	719,41	15,53
Полдник								
2012	235, 351	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	95	14,67	9,89	28,29	263,85	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,19	15,64	73,83	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,14	2,45	14,01	91,41	0,53
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			426	21,15	13,59	83,20	546,89	10,67
Всего				60,93	60,25	235,26	1 736,86	29,53