

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

2 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (пшенный)	180	5,82	5,51	20,37	155,29	0,75
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	45/5/10	5,95	7,46	23,36	184,95	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,90	3,19	13,33	98,84	0,59
Итого			425	15,67	16,16	57,06	439,08	1,34
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		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,98	2,96	3,69	45,95	9,59
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	10,45	8,72	23,28	216,04	14,08
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	9,43	12,38	21,25	234,33	10,53
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,08	0,08	9,76	40,64	0,85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,11	0,56	18,64	93,18	0,00
Итого			647	24,05	24,70	76,62	630,14	35,05
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	55	0,66	0,05	5,43	25,47	1,04
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	9,12	13,20	6,89	182,82	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,18	14,17	66,87	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,09	0,00	7,96	32,67	0,49
2008		ПЕЧЕНЬЕ	28	2,09	2,65	20,64	114,92	0,00
2008		ЯБЛОКО	121	0,48	0,48	11,82	56,71	12,07
Итого			515	14,59	16,56	66,91	479,46	13,76
Всего				54,81	57,52	210,69	1 591,68	52,15