

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

30 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,72	4,40	16,36	124,69	0,60
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	19	2,34	2,11	0,13	28,85	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	55/5	3,94	4,20	25,81	156,81	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,56	2,15	11,08	74,55	0,47
Итого			439	13,56	12,86	53,38	384,90	1,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,53	44,84	2,09
Итого			104	0,52	0,10	10,53	44,84	2,09
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	65	0,49	4,05	1,54	44,52	2,54
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,00	8,41	12,21	145,02	13,34
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	20,88	8,66	17,40	253,69	14,43
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,03	0,55	18,16	90,79	0,00
Итого			641	29,40	21,67	58,99	572,72	30,31
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,63	0,05	5,31	24,83	1,01
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	110	16,52	12,19	16,79	246,04	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,74	0,22	18,01	84,98	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	182	5,11	4,40	8,46	95,18	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	54	0,81	0,27	11,33	51,78	5,39
Итого			452	27,29	19,01	74,52	584,21	7,50
Всего				70,77	53,64	197,42	1 586,67	40,97