

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

8 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,06	5,06	17,45	136,04	0,72
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,17	7,48	24,82	191,83	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,92	2,47	12,61	85,04	0,54
Итого			425	14,15	15,01	54,88	412,91	1,26
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,50	44,72	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,50	44,72	2,08
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,94	2,97	4,65	49,61	8,88
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,90	10,31	10,91	156,45	4,84
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	13,56	16,56	33,80	338,43	1,12
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,11	0,03	9,11	37,66	0,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,18	0,58	19,06	95,29	0,00
Итого			668	22,69	30,45	77,53	677,44	15,64
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,49	0,04	4,55	20,98	0,78
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,25	5,17	36,25	212,23	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/3	0,09	0,00	9,90	40,41	0,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,74	69,57	0,00
2008		БАНАН	84	1,25	0,42	17,57	80,30	8,37
Итого			416	9,32	5,81	83,01	423,49	9,64
Всего				46,68	51,37	225,92	1 558,56	28,62