

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ
9 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	5,70	5,43	20,00	152,61	0,73
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,89	4,44	25,41	157,13	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,82	3,12	13,19	97,28	0,58
Итого			435	15,89	15,23	58,74	437,67	1,31
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,49	44,67	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,49	44,67	2,08
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,65	3,12	2,37	41,56	14,09
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	5,29	8,87	13,50	155,19	5,03
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	13,85	15,34	18,29	268,27	26,15
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,13	11,16	47,41	1,51
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,44	0,62	20,62	103,11	0,00
Итого			672	23,39	28,08	65,94	615,54	46,78
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	15,38	11,11	12,07	212,79	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,31	0,19	15,18	71,66	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,09	4,39	8,44	94,90	0,94
2008		БАНАН	82	1,23	0,41	17,15	78,40	8,17
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого			423	24,57	16,76	68,30	528,55	9,27
Всего				64,37	60,17	203,47	1 626,43	59,44