

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

13 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	5,39	5,29	18,75	144,65	0,76
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	24	2,98	2,70	0,16	36,77	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	60/5/10	6,88	7,99	28,48	214,09	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,13	2,64	13,59	91,27	0,57
Итого			459	18,38	18,62	60,98	486,78	1,33
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,52	0,10	10,44	44,43	2,07
Итого			103	0,52	0,10	10,44	44,43	2,07
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,93	2,97	4,62	49,47	8,79
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,11	8,71	14,35	156,43	5,03
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	80	10,07	6,49	1,98	107,11	2,03
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,05	4,30	21,36	132,21	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,39	33,54	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,78	0,69	22,70	113,52	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,59	0,21	17,06	80,52	0,00
Итого			721	24,53	23,37	90,46	672,80	15,85
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,61	0,05	5,19	24,22	0,97
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	5,72	6,30	43,08	251,88	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,15	4,44	8,53	95,97	0,95
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
Итого			373	12,53	11,14	71,50	439,27	8,92
Всего				55,96	53,23	233,38	1 643,28	28,17