

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

14 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,77	7,02	21,70	174,07	0,72
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	55/5	4,05	5,04	26,47	167,44	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,09	2,60	13,43	90,15	0,58
Итого			440	15,39	16,90	61,74	462,31	1,30
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,51	0,10	10,39	44,23	2,06
Итого			103	0,51	0,10	10,39	44,23	2,06
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	65	0,49	3,94	1,51	43,36	2,50
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,79	7,88	11,72	137,54	13,60
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,87	13,07	2,99	169,45	1,41
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,35	5,14	19,62	141,91	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,19	0,13	13,25	55,95	1,68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	3,68	0,67	22,06	110,31	0,00
Итого			681	23,37	30,83	71,15	658,52	19,19
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,62	0,05	5,23	24,42	0,98
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	115	17,11	12,15	18,72	255,96	0,17
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,51	0,20	16,49	77,81	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,05	4,36	8,37	94,17	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	114	1,71	0,57	23,93	109,41	11,40
Итого			512	28,48	19,21	87,36	643,17	13,49
Всего				67,75	67,04	230,64	1 808,23	36,04