

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

15 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	6,97	6,47	20,95	170,99	0,90
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	54/6	4,12	5,04	26,93	169,61	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,35	2,82	14,56	97,78	0,62
Итого			440	16,92	16,57	62,58	469,03	1,52
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,68	2,97	2,56	41,21	13,69
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	5,05	9,59	12,79	158,40	4,65
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	85	12,00	4,54	9,57	127,42	1,06
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3,15	5,11	20,71	141,78	9,99
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,16	0,04	12,97	53,84	1,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	59	3,87	0,70	23,19	115,97	0,00
Итого			709	24,91	22,95	81,79	638,62	30,63
Полдник								
2012	235, 351	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	115	16,64	11,48	27,81	284,34	0,17
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,51	0,20	16,49	77,81	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,14	2,47	13,82	90,85	0,53
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			458	23,53	15,54	91,11	606,19	10,70
Всего				65,86	55,16	245,58	1 756,84	44,85