

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

16 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	4,37	4,28	15,12	117,17	0,57
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,37	7,41	19,55	167,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	155	2,93	2,40	10,13	74,69	0,44
Итого			390	12,67	14,09	44,80	358,86	1,01
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								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	2,75	3,72	44,00	9,44
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,37	8,96	26,42	238,97	15,25
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	185	11,76	13,91	21,62	259,11	18,22
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	12,65	53,02	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,57	0,47	15,40	77,00	0,00
Итого			644	27,82	26,20	79,81	672,10	44,30
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,83	12,86	5,26	172,23	0,16
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,61	10,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,78	0,14	11,71	55,26	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,09	0,00	7,74	31,76	0,49
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	20,99	95,95	9,99
Итого			471	14,86	16,40	69,15	486,91	20,65
Всего				55,85	56,79	203,86	1 560,87	67,96