

Утверждаю

и.о.заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"

/Малько Н.Л./

МЕНЮ**28 октября 2025 г.****Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	3,93	3,76	13,63	104,81	0,51
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	19	2,35	2,12	0,13	29,04	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	2,75	3,26	17,97	112,19	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,14	1,81	9,18	62,06	0,40
Итого			419	11,17	10,95	40,91	308,10	0,91
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
2008		ЯБЛОКО	33	0,13	0,13	3,27	15,68	3,34
Итого			133	0,63	0,23	13,37	58,68	5,34
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,44	4,14	1,38	44,43	2,27
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,91	8,00	11,97	139,99	12,93
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	190	21,26	9,19	20,41	272,04	14,54
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,17	0,11	8,77	37,73	1,50
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,43	0,44	14,59	72,95	0,00
Итого			647	29,21	21,88	57,12	567,14	31,24
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	110	16,07	11,89	17,64	245,09	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,14	4,43	8,51	95,66	0,95
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	35	0,46	0,04	3,96	18,40	0,72
Итого			448	26,49	18,78	74,48	578,80	8,83
Всего				67,50	51,84	185,88	1 512,72	46,32