

Утверждаю

и.о.заведующий

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

/Малько Н.Л./

**МЕНЮ****29 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	205	8,10	7,52	24,42	199,05	1,05
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	67/7	5,12	5,91	33,50	207,75	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,85	3,25	16,91	113,20	0,72
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>22,03</b>	<b>21,17</b>	<b>75,10</b>	<b>581,29</b>	<b>1,77</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,54	0,11	10,95	46,63	2,17
<b>Итого</b>			<b>108</b>	<b>0,54</b>	<b>0,11</b>	<b>10,95</b>	<b>46,63</b>	<b>2,17</b>
<b>Обед</b>								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,68	3,45	2,53	45,33	14,17
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	5,03	10,25	12,26	162,33	5,49
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	13,68	15,36	8,19	225,37	0,36
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,01	5,08	19,68	136,67	9,48
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,12	0,03	13,95	57,11	0,85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>25,82</b>	<b>34,77</b>	<b>76,41</b>	<b>725,81</b>	<b>30,35</b>
<b>Полдник</b>								
2012	235, 351	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	135	20,05	12,69	38,69	353,22	0,19
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,25	2,44	14,93	95,42	0,52
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,06	96,29	10,03
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>28,69</b>	<b>16,87</b>	<b>117,94</b>	<b>745,86</b>	<b>10,74</b>
<b>Всего</b>				<b>77,08</b>	<b>72,92</b>	<b>280,40</b>	<b>2 099,59</b>	<b>45,03</b>