

Утверждаю

и.о.заведующий

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

/Малько Н.Л./

**МЕНЮ****30 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (пшеничный)	180	5,61	5,39	19,58	150,15	0,73
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,11	13,16	96,99	0,57
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>15,63</b>	<b>15,98</b>	<b>57,87</b>	<b>440,45</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
2008		ЯБЛОКО	50	0,20	0,20	4,90	23,50	5,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,70</b>	<b>0,30</b>	<b>15,00</b>	<b>66,50</b>	<b>7,00</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	2,96	3,61	45,51	9,44
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,45	8,77	16,67	167,47	5,51
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,04	16,39	20,69	286,53	10,23
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,71	45,28	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>23,91</b>	<b>28,83</b>	<b>71,48</b>	<b>643,79</b>	<b>26,57</b>
<b>Полдник</b>								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,64	3,08	2,32	40,95	13,58
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,71	13,02	5,02	172,05	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,09	0,00	7,96	32,67	0,49
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
<b>Итого</b>			<b>468</b>	<b>15,00</b>	<b>19,46</b>	<b>66,98</b>	<b>506,02</b>	<b>21,20</b>
<b>Всего</b>				<b>55,24</b>	<b>64,57</b>	<b>211,33</b>	<b>1 656,76</b>	<b>56,07</b>