

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

1 ноября 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,24	8,33	34,23	245,68	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	65/5	4,81	6,58	31,42	204,11	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,62	3,04	15,70	105,38	0,67
Итого			450	16,67	17,95	81,35	555,17	0,67
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,61	0,13	12,25	52,14	1,00
Итого			125	0,61	0,13	12,25	52,14	1,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	0,87	4,91	5,12	68,04	2,40
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	19,22	15,49	39,31	379,14	16,20
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	250	24,11	23,04	29,81	424,30	16,51
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,20	0,13	13,50	57,10	1,78
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	62	4,13	0,75	24,75	123,75	0,00
Итого			737	48,53	44,32	112,49	1 052,33	36,89
Полдник								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,71	2,63	2,59	38,40	15,02
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	7,44	6,73	0,41	91,95	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/5	0,13	0,00	7,56	31,22	0,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,86	0,23	18,82	88,81	0,00
2008		ЯБЛОКО	101	0,40	0,40	9,92	47,57	10,12
2008		ПЕЧЕНЬЕ	28	2,04	2,59	20,10	111,93	0,00
2008		БАНАН	46	0,68	0,23	9,56	43,68	4,55
Итого			526	14,26	12,81	68,96	453,56	30,19
Всего				80,07	75,21	275,05	2 113,20	68,75