

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

6 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (пшенный)	180	6,40	6,05	22,51	171,13	0,83
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	55/5	4,28	5,06	28,01	174,68	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,37	3,57	15,19	111,80	0,65
Итого			435	15,05	14,68	65,71	457,61	1,48
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,50	0,10	10,03	42,69	1,99
Итого			99	0,50	0,10	10,03	42,69	1,99
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,45	3,94	1,39	42,66	2,29
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	6,78	10,09	15,56	181,31	21,89
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	80	10,06	6,25	1,80	104,30	6,15
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,77	4,40	28,98	166,47	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,10	0,03	8,91	36,84	0,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,44	0,63	20,65	103,24	0,00
Итого			682	23,60	25,34	77,29	634,82	31,09
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	15,51	10,80	13,52	216,16	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,23	0,18	14,70	69,36	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,05	4,36	8,36	94,07	0,93
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			419	23,19	15,74	46,38	426,58	11,09
Всего				62,34	55,86	199,41	1 561,70	45,65