

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

7 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)	180	5,43	5,37	17,35	140,31	0,65
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,97	4,49	0,27	61,37	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,03	4,37	19,75	130,44	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,79	2,16	13,38	84,81	0,46
Итого			445	16,22	16,39	50,75	416,93	1,11
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	40	0,45	2,08	1,65	28,14	9,80
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,16	9,65	14,62	170,22	5,27
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,05	3,89	23,79	146,19	0,00
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70	11,74	11,74	10,00	192,33	0,42
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,25	0,59	19,52	97,59	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,12	0,03	15,70	64,00	0,80
Итого			679	28,06	28,17	100,33	769,52	16,29
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,76	0,06	6,35	29,66	1,20
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,59	5,98	48,24	273,13	0,17
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	161	4,52	3,90	7,48	84,19	0,84
2008		ЯБЛОКО	40	0,16	0,16	3,94	18,91	4,02
Итого			331	12,03	10,10	66,01	405,89	6,23
Всего				56,81	54,76	227,19	1 635,34	25,63