

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
10 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	3,65	4,61	29,99	175,78	0,14
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,97	4,49	0,27	61,37	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,00
2012	394	ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	1,87	2,07	16,60	92,60	0,12
Итого			465	16,71	18,65	71,99	523,06	0,26
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								
2012	20	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	45	0,72	2,28	3,17	36,41	6,62
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,11	3,01	12,81	106,94	6,24
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	4,83	4,58	30,82	183,82	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,93	13,21	10,62	208,92	0,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,09	10,42	43,87	1,25
Итого			715	30,32	23,96	102,69	750,01	14,35
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,61	0,05	5,20	24,29	0,98
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	5,58	6,29	41,89	246,28	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			400	12,75	11,21	76,47	460,85	11,92
Всего				60,28	53,92	261,25	1 776,92	28,53