

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
11 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,36	4,74	18,34	138,40	0,69
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,65	4,66	23,81	151,75	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,92	2,46	12,83	85,89	0,54
Итого			435	14,41	14,10	55,12	406,69	1,23
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,91	42,18	1,96
Итого			98	0,49	0,10	9,91	42,18	1,96
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,51	4,06	1,59	44,82	2,62
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,90	5,38	11,91	104,28	6,30
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	9,59	12,90	3,45	168,42	1,52
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,44	5,39	20,04	146,28	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,11	0,03	11,12	45,76	0,84
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,18	0,58	19,10	95,51	0,00
Итого			673	19,73	28,34	67,21	605,07	11,28
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	105	15,74	10,87	16,37	229,08	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,71	69,42	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,15	4,44	8,53	95,93	0,95
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,64	0,05	5,11	24,09	1,02
Итого			457	26,30	17,77	74,04	567,12	9,13
Всего				60,93	60,31	206,28	1 621,06	23,60