

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
12 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	180	6,04	5,72	18,13	149,06	0,78
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,44	25,13	155,81	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,87	2,43	12,53	84,06	0,53
Итого			435	15,21	14,81	55,93	419,23	1,31
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	60	0,68	3,12	2,53	42,34	14,17
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,81	9,68	11,21	151,47	4,12
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,84	5,04	18,27	130,05	8,77
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70	11,69	11,79	9,68	191,31	0,40
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,11	0,03	13,60	55,61	0,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			670	23,43	30,26	75,09	669,78	28,22
Полдник								
2012	235, 351	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120	18,43	12,35	32,73	319,68	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,11	2,43	13,96	90,79	0,52
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			460	25,07	16,36	94,73	634,72	10,70
Всего				64,21	61,53	235,85	1 766,73	42,23