

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
13 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	5,40	5,35	18,49	144,63	0,71
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,01	7,67	23,81	189,05	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,61	2,96	12,34	91,59	0,55
Итого			420	15,02	15,98	54,64	425,27	1,26
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,53	0,11	10,63	45,26	2,11
Итого			105	0,53	0,11	10,63	45,26	2,11
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,11	3,63	47,02	9,48
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,00	8,76	27,49	240,21	8,46
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,76	4,60	28,84	167,78	0,00
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	80	9,99	6,68	1,14	105,15	1,95
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,09	10,21	42,97	1,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,06	0,56	18,34	91,71	0,00
Итого			676	28,91	23,80	89,65	694,84	21,11
Полдник								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	1,06	2,00	1,02	26,24	2,35
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	8,43	12,20	5,36	165,14	0,15
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,17	0,18	14,26	67,31	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7/5	0,08	0,00	7,33	30,19	0,51
2008		ПЕЧЕНЬЕ	19	1,40	1,78	13,85	77,11	0,00
2008		БАНАН	106	1,59	0,53	22,28	101,86	10,61
Итого			465	14,73	16,69	64,10	467,85	13,62
Всего				59,19	56,58	219,02	1 633,22	38,10