

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"

/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ

26 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	6,43	6,26	19,03	159,24	0,83
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	19	2,34	2,11	0,13	28,85	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	53/5	4,07	4,70	26,61	164,97	0,00
2012	394	ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	1,90	2,09	13,88	82,02	0,12
Итого			437	14,74	15,16	59,65	435,08	0,95
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,56	0,11	11,29	48,06	2,24
Итого			112	0,56	0,11	11,29	48,06	2,24
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	65	0,69	3,07	2,49	41,83	14,91
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,95	8,95	12,42	150,74	4,95
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,02	5,33	19,56	138,69	9,40
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	85	12,34	4,64	9,45	128,92	1,06
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	185	0,01	0,00	16,05	64,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,49	0,64	20,96	104,82	0,00
Итого			708	24,50	22,63	80,93	629,20	30,32
Полдник								
2012	235, 351	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	105	16,77	10,98	31,47	295,33	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,42	0,20	15,94	75,23	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,29	2,58	14,46	94,94	0,55
2008		ВАФЛИ	21	0,59	0,70	16,37	74,96	0,00
2008		ЯБЛОКО	85	0,34	0,34	8,32	39,90	8,49
Итого			423	23,41	14,80	86,56	580,36	9,20
Всего			63,21	52,70	238,43	1 692,70	42,71	