

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ**27 ноября 2025 г.****Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (пшеничный)	180	5,61	5,39	19,58	150,15	0,73
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,11	13,16	96,99	0,57
Итого			425	15,63	15,98	57,87	440,45	1,30
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		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	2,96	3,61	45,51	9,44
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,77	9,89	25,85	246,49	7,61
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,04	16,39	20,65	286,33	10,22
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,05	0,05	8,99	36,97	0,53
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			670	31,12	29,89	78,90	714,30	27,80
Полдник								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35	0,32	3,56	1,23	38,83	6,57
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,84	13,14	5,26	174,66	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	7,96	32,67	0,49
		ЗЕФИР	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			455	13,04	17,39	50,50	413,21	17,22
Всего				60,29	63,36	197,37	1 610,96	48,32