

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
28 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	5,92	6,25	20,06	161,08	0,72
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	24	2,91	2,64	0,16	36,02	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55/5/10	7,04	8,08	28,97	217,47	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,20	2,51	14,90	95,68	0,54
Итого			454	19,07	19,48	64,09	510,25	1,26
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,48	44,60	2,07
Итого			104	0,52	0,10	10,48	44,60	2,07
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	80	0,58	4,07	1,83	46,17	3,02
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,98	10,59	10,52	161,93	11,87
2012	304а	ПЛОВ	205	14,59	15,49	31,00	321,75	0,95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,49	0,64	20,96	104,82	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,97	31,87	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,65	0,22	17,42	82,19	0,00
Итого			733	27,29	31,01	89,70	748,73	15,84
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	55	0,68	0,05	5,30	25,05	1,07
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	8,34	34,58	0,58
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	6,34	4,74	43,93	243,97	0,11
2008		ЯБЛОКО	58	0,23	0,23	5,64	27,03	5,75
Итого			363	7,41	5,02	63,21	330,63	7,51
Всего				54,29	55,61	227,48	1 634,21	26,68