

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ**3 декабря 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,73	5,39	20,17	152,56	0,78
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,93	2,43	12,64	84,79	0,54
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	4,43	24,38	152,26	0,00
Итого			415	12,40	12,25	57,19	389,61	1,32
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 СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,36	1,99	1,09	24,44	0,96
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	4,88	9,25	12,23	152,27	11,60
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	8,57	6,55	1,36	98,71	0,88
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,71	3,59	28,45	156,93	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			660	19,82	21,98	70,67	562,31	13,44
Полдник								
2012		ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	120	17,79	11,70	18,67	254,52	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
		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	26,90	16,98	63,52	520,57	11,16
Всего				59,62	51,31	201,48	1 515,49	27,92