

Утверждаю

Заведующий

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

**МЕНЮ**

**10 декабря 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,32	5,17	18,23	141,63	0,68
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,89	20,12	136,81	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,95	3,20	14,00	101,93	0,58
Итого			410	12,35	13,26	52,35	380,37	1,26
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,51	0,10	10,35	44,08	2,05
Итого			102	0,51	0,10	10,35	44,08	2,05
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,40	1,86	1,14	23,81	1,04
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,43	11,09	14,45	180,15	8,66
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	75	11,96	17,46	10,82	248,13	0,37
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	130	5,07	5,69	30,92	195,16	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,12	0,03	16,00	65,23	0,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			605	22,98	36,13	73,33	712,48	10,87
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	110	18,27	12,67	23,13	283,29	0,28
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	182	5,13	4,42	8,50	95,59	0,95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			432	26,99	18,37	78,13	593,04	11,23
Всего				62,83	67,86	214,16	1 729,97	25,41