

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
9 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 | 69 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННЫЙ | 195 | 7,13 | 7,35 | 22,31 | 185,18 | 1,00 |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ | 45/5/10 | 6,08 | 7,47 | 24,23 | 189,04 | 0,00 |
| | ТК№028 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3,60 | 2,79 | 16,89 | 107,81 | 0,60 |
| Итого | | | 435 | 16,81 | 17,61 | 63,43 | 482,03 | 1,60 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 107 | 0,50 | 0,10 | 9,90 | 43,00 | 2,00 |
| Итого | | | 107 | 0,50 | 0,10 | 9,90 | 43,00 | 2,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | 0,96 | 2,81 | 3,33 | 43,15 | 9,44 |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 180 | 16,04 | 12,98 | 25,44 | 285,88 | 7,39 |
| 2012 | 256 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 90 | 14,21 | 5,59 | 7,82 | 138,79 | 1,11 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,73 | 4,93 | 18,44 | 129,29 | 8,94 |
| 2012 | 376 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | 0,00 | 0,00 | 7,60 | 30,41 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 61 | 4,01 | 0,73 | 24,04 | 120,21 | 0,00 |
| Итого | | | 701 | 37,95 | 27,04 | 86,67 | 747,73 | 26,88 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 55 | ИКРА ОВОЩНАЯ | 50 | 0,77 | 2,82 | 4,26 | 45,91 | 1,70 |
| 2012 | 215 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 85 | 8,82 | 11,65 | 5,24 | 161,18 | 0,16 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 36 | 2,78 | 0,23 | 18,28 | 86,27 | 0,00 |
| 2008 | | ВАФЛИ | 20 | 0,56 | 0,66 | 15,46 | 70,80 | 0,00 |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,14 | 0,00 | 7,92 | 32,78 | 0,50 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 371 | 13,07 | 15,36 | 51,16 | 396,94 | 2,36 |
| Всего | | | | 68,33 | 60,11 | 211,16 | 1 669,70 | 32,84 |