

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ

19 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 (ГРЕЧНЕВЫЙ)	180	6,91	6,42	20,85	169,86	0,89
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	23	2,83	2,57	0,16	35,03	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	2,70	4,35	17,60	120,29	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,37	3,57	15,19	111,80	0,65
Итого			438	16,81	16,91	53,80	436,98	1,54
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,52	4,88	54,42	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,42	9,32	8,65	136,65	10,04
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,98	5,07	19,47	135,64	9,37
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	12,93	4,31	7,54	120,95	1,01
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,57	44,73	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,16	0,57	18,95	94,76	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			703	26,77	23,09	85,11	658,20	24,09
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,60	0,05	5,15	24,04	0,96
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,15	5,77	47,21	265,18	0,16
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			300	11,81	10,19	60,74	383,50	2,06
Всего				55,89	50,29	209,75	1 521,68	29,69