

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

22 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160	7,87	8,20	27,38	215,95	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,24	2,70	13,48	91,90	0,60
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	2,53	4,54	16,49	116,99	0,00
Итого			380	13,64	15,44	57,35	424,84	0,60
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,53	0,11	10,75	45,77	2,13
Итого			106	0,53	0,11	10,75	45,77	2,13
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	0,88	4,37	5,16	63,38	2,42
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	11,53	8,11	25,99	226,34	7,48
2008	265	ПЛОВ	210	12,82	15,47	36,39	336,39	1,50
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	11,10	46,85	1,42
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,38	0,43	14,30	71,50	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,08	0,17	13,66	64,47	0,00
Итого			698	29,85	28,66	106,60	808,93	12,82
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,39	0,03	3,14	14,71	0,61
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	100	14,48	10,56	16,67	222,77	0,16
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,34	4,61	8,85	99,52	0,99
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			431	21,17	16,26	53,92	454,80	11,76
Всего				65,19	60,47	228,62	1 734,34	27,31