

Утверждаю

Заведующий

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

\_\_\_\_\_/Золотарёва Н.Е./

**МЕНЮ**

24 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,96	5,55	20,90	157,84	0,81
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,25	4,31	14,64	106,32	0,00
2012	394	ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,05	2,27	15,05	89,00	0,13
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>10,26</b>	<b>12,13</b>	<b>50,59</b>	<b>353,16</b>	<b>0,94</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,52	44,77	2,08
<b>Итого</b>			<b>104</b>	<b>0,52</b>	<b>0,10</b>	<b>10,52</b>	<b>44,77</b>	<b>2,08</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35	0,33	1,98	1,01	23,88	0,87
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	4,62	9,16	12,19	150,39	11,49
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,90	5,28	22,11	155,32	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	10,28	13,33	2,01	168,96	0,80
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,78	45,68	1,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,31	0,42	13,86	69,30	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>24,89</b>	<b>30,47</b>	<b>77,01</b>	<b>684,58</b>	<b>14,59</b>
<b>Полдник</b>								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	14,44	9,47	16,31	210,85	0,14
		ЗЕФИР	55	0,44	0,04	43,89	178,75	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>16,38</b>	<b>10,01</b>	<b>88,94</b>	<b>516,56</b>	<b>10,14</b>
<b>Всего</b>				<b>52,05</b>	<b>52,71</b>	<b>227,06</b>	<b>1 599,07</b>	<b>27,75</b>