

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

## МЕНЮ

25 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 РИСОВЫЙ	180	5,25	5,39	20,67	153,14	0,78
2012	397	КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,46	2,51	15,70	95,69	0,10
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>9,22</b>	<b>13,91</b>	<b>51,03</b>	<b>367,63</b>	<b>0,88</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,93	2,97	4,63	49,49	8,79
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	5,02	8,54	13,64	151,47	5,20
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	15,90	17,79	21,92	311,71	11,08
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,09	0,02	13,34	54,32	0,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,13	0,09	7,43	35,05	0,00
<b>Итого</b>			<b>655</b>	<b>24,39</b>	<b>29,65</b>	<b>68,88</b>	<b>641,64</b>	<b>25,68</b>
<b>Полдник</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,93	2,15	5,05	43,52	2,51
2008	324	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	100	3,11	2,76	18,28	110,23	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,07	33,40	0,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,12	9,89	46,65	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>7,75</b>	<b>6,19</b>	<b>77,75</b>	<b>400,60</b>	<b>13,01</b>
<b>Всего</b>			<b>41,86</b>	<b>49,85</b>	<b>207,76</b>	<b>1 452,87</b>	<b>41,57</b>	