

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**30 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	3,55	4,57	22,47	145,27	0,10
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	397	КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	190	3,21	3,25	20,18	123,64	0,13
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>10,75</b>	<b>16,07</b>	<b>57,45</b>	<b>418,36</b>	<b>0,23</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 СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35	0,34	1,98	1,04	24,10	0,91
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,43	11,09	14,45	180,15	8,66
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	12,71	14,10	30,13	298,09	1,01
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,18	5,94	29,70	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,12	0,09	9,93	41,98	1,36
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>19,59</b>	<b>27,44</b>	<b>61,49</b>	<b>574,02</b>	<b>11,94</b>
<b>Полдник</b>								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,27	5,21	44,66	250,43	0,15
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	8,58	35,45	0,51
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>6,43</b>	<b>5,21</b>	<b>53,24</b>	<b>285,88</b>	<b>0,66</b>
<b>Всего</b>				<b>37,27</b>	<b>48,82</b>	<b>182,28</b>	<b>1 321,26</b>	<b>14,83</b>