

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

12 января 2026 г.

Сад 10,5 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 МАСЛОМ	175	5,28	5,61	33,68	206,44	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,85	4,50	25,13	156,42	0,00
2012	394	ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,33	2,57	19,48	110,59	0,15
Итого			410	11,46	12,68	78,29	473,45	0,15
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	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	9,14	6,18	25,46	197,28	7,26
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	2,91	4,09	45,27	1,92
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	3,33	4,42	34,99	192,96	0,00
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	12,05	6,39	1,72	113,07	1,18
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,78	31,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			700	30,81	20,69	108,89	749,72	10,36
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,28	5,14	44,74	250,22	0,15
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,01	0,98
Итого			250	11,60	9,73	53,54	349,23	1,13
Всего				54,37	43,20	250,82	1 615,40	13,64