

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ

16 января 2026 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)	180	6,63	6,18	20,39	164,62	0,84
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/5	3,30	4,40	21,55	138,89	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,17	3,39	14,16	105,29	0,62
Итого			440	16,58	16,21	56,24	439,45	1,46
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,54	0,11	10,89	46,38	2,16
Итого			108	0,54	0,11	10,89	46,38	2,16
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,85	3,52	5,03	55,15	2,36
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,42	7,97	12,51	139,62	3,99
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15,26	17,65	16,80	288,38	25,89
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,57	44,73	1,39
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	26,28	30,04	79,76	697,93	33,63
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,37	0,03	3,36	15,53	0,59
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	6,19	6,43	43,54	257,21	0,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,37	41,47	0,00
2008		БАНАН	103	1,54	0,51	21,63	98,88	10,30
Итого			383	8,10	6,97	78,90	413,09	10,99
Всего				51,50	53,33	225,79	1 596,85	48,24