

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
23 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	5,28	5,23	18,42	142,51	0,60
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	5,59	20,12	143,13	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,65	2,98	12,59	92,99	0,55
Итого			400	12,01	13,80	51,13	378,63	1,15
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,54	0,11	10,83	46,09	2,14
Итого			107	0,54	0,11	10,83	46,09	2,14
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	20	0,15	1,73	0,30	17,69	0,36
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	4,63	8,63	15,45	158,43	12,99
2008	265	ПЛОВ	205	12,14	15,29	35,77	329,35	1,12
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
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,10	0,03	8,69	35,90	0,75
Итого			665	22,61	26,47	95,06	711,42	15,22
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,62	0,05	4,99	23,46	0,98
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	6,55	5,87	50,99	283,07	0,20
2008		БАНАН	42	0,62	0,21	8,74	39,94	4,16
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,97	31,87	0,00
Итого			312	7,79	6,13	72,69	378,34	5,34
Всего				42,95	46,51	229,71	1 514,48	23,85