

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ

27 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	6,23	6,46	25,19	184,93	0,92
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	205	4,75	3,88	16,45	121,23	0,72
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	4,43	24,38	152,26	0,00
Итого			440	14,72	14,77	66,02	458,42	1,64
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		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,93	3,09	4,50	50,10	8,79
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	3,76	8,80	11,13	139,06	4,57
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70	10,57	12,19	10,09	192,25	0,36
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	4,93	18,38	128,99	8,91
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,84	45,77	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	62	4,13	0,75	24,75	123,75	0,00
Итого			682	22,27	29,87	79,69	679,92	24,02
Полдник								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	75	1,06	3,74	5,88	61,65	2,34
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	11,04	14,63	6,54	202,00	0,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,86	0,23	18,82	88,81	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,18	0,00	10,10	41,74	0,63
2008		БАНАН	125	1,88	0,63	26,28	120,12	12,51
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
Итого			548	18,87	21,58	85,90	616,07	15,68
Всего				56,36	66,32	241,71	1 797,41	43,34