

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ**2 февраля 2026 г.****Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	180	5,45	5,50	18,19	144,93	0,71
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,53	2,77	15,43	101,53	0,60
Итого				425	15,20	15,75	58,75	439,77
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,49	0,10	9,98	42,47	1,98
Итого				99	0,49	0,10	9,98	42,47
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	2,97	4,88	49,46	2,29
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	6,98	9,88	19,41	194,48	6,93
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	13,51	17,17	16,83	277,18	26,20
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,84	45,77	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	27,07	30,92	86,81	736,94
Полдник								
2012		ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	120	17,79	11,50	18,91	253,68	0,18
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
Итого				390	24,46	16,88	57,45	485,96
Всего				67,22	63,65	212,99	1 705,14	48,22