

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

**МЕНЮ****3 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННЫЙ	180	5,21	5,20	15,98	132,56	0,73
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,45	7,42	20,11	169,63	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,69	2,05	12,83	80,98	0,44
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,35</b>	<b>14,67</b>	<b>48,92</b>	<b>383,17</b>	<b>1,17</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,90</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ	40	0,30	1,98	0,63	22,25	0,76
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,50	9,66	25,44	241,61	7,40
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	12,87	4,52	6,60	118,80	1,08
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,93	18,44	129,30	8,94
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,87	31,45	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,09	0,56	18,56	92,81	0,00
<b>Итого</b>			<b>657</b>	<b>31,49</b>	<b>21,65</b>	<b>77,54</b>	<b>636,22</b>	<b>18,18</b>
<b>Полдник</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	2,96	4,08	45,64	1,91
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,82	11,70	5,24	161,59	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,17	14,11	66,61	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
		ЗЕФИР	28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>11,67</b>	<b>14,83</b>	<b>33,11</b>	<b>312,54</b>	<b>2,07</b>
<b>Всего</b>			<b>57,01</b>	<b>51,25</b>	<b>169,47</b>	<b>1 374,93</b>	<b>23,42</b>	