

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

4 февраля 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,27	4,94	18,27	139,52	0,68
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,11	13,16	96,99	0,57
Итого			405	12,15	12,43	51,54	368,64	1,25
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	40	0,31	1,98	0,66	22,48	0,80
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,39	8,56	12,19	143,44	7,43
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,74	15,72	10,28	229,27	0,32
2008	324	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,43	3,69	26,11	155,39	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,09	0,02	13,34	54,32	0,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			650	24,26	30,57	82,38	703,90	9,16
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	15,60	10,76	20,96	246,01	0,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
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
Итого			320	22,75	15,91	54,84	458,45	1,19
Всего				60,66	59,41	209,76	1 626,99	21,60