

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

5 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,71	5,65	18,06	146,44	0,82
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,53	7,78	19,85	172,32	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,99	2,30	14,21	90,06	0,49
Итого			415	14,23	15,73	52,12	408,82	1,31
II Завтрак								
2008		БАНАН	154	2,32	0,77	32,42	148,19	15,44
Итого			154	2,32	0,77	32,42	148,19	15,44
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	70	1,10	3,12	4,02	49,20	10,78
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,42	8,98	11,14	143,22	4,63
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	215	14,42	13,11	24,92	275,54	11,27
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,15	32,59	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,33	0,61	20,01	100,04	0,00
Итого			696	23,27	25,82	68,24	600,59	26,68
Полдник								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,79	2,49	4,37	43,34	1,75
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,95	11,82	5,26	163,28	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	7,96	32,95	0,50
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2008		ЯБЛОКО	93	0,37	0,37	9,08	43,55	9,27
Итого			458	13,11	15,53	57,18	424,97	11,68
Всего				52,93	57,85	209,96	1 582,57	55,11