

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

9 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	9,46	10,03	33,48	263,25	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,77	4,43	24,65	153,55	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,94	3,28	16,26	111,15	0,73
Итого			415	17,17	17,74	74,39	527,95	0,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,51	0,10	10,21	43,48	2,02
Итого			101	0,51	0,10	10,21	43,48	2,02
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	0,87	3,83	5,12	58,35	2,40
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,36	2,84	13,26	108,46	6,14
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	85	12,59	15,59	3,35	204,18	1,57
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	5,05	5,33	22,83	159,17	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,53	30,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	63	4,14	0,75	24,86	124,30	0,00
Итого			703	30,01	28,34	76,95	684,56	10,11
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	35	0,40	0,03	3,18	14,91	0,62
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120	17,31	12,22	20,13	263,21	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,33	0,19	15,33	72,36	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,33	4,60	8,82	99,23	0,98
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,82	47,12	10,03
Итого			467	25,77	17,44	57,28	496,83	11,81
Всего				73,46	63,62	218,83	1 752,82	24,67