

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
11 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	190	7,27	6,48	26,75	195,03	0,95
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	5,38	24,39	160,89	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,59	2,97	16,43	107,60	0,67
Итого			425	14,60	14,83	67,57	463,52	1,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	45	0,33	1,98	0,70	22,78	0,85
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,68	10,62	13,51	173,21	11,80
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	245	19,51	20,60	24,95	363,76	12,63
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,00	8,31	33,97	0,59
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			700	28,85	33,80	67,27	692,72	25,87
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	120	17,75	11,03	16,52	239,75	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,28	4,55	8,74	98,31	0,98
2008		БАНАН	158	2,37	0,79	33,13	151,46	15,78
Итого			487	27,69	16,56	73,44	560,57	16,94
Всего				71,64	65,29	218,38	1 759,81	46,43