

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
12 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 РИСОВЫЙ	190	6,69	6,78	27,08	197,32	0,98
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,54	2,76	17,55	109,99	0,59
Итого			435	16,45	17,02	69,76	500,62	1,57
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	96	0,48	0,10	9,69	41,24	1,92
Итого			96	0,48	0,10	9,69	41,24	1,92
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	45	0,32	1,66	0,69	19,80	0,83
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННЫЙ	180	4,82	8,95	15,46	161,76	4,10
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,91	15,67	9,47	226,14	0,37
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,42	5,86	14,08	124,86	28,83
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,10	0,02	14,22	57,85	0,64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			665	23,87	32,76	73,72	689,41	34,77
Полдник								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	3,28	4,11	48,66	1,92
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,84	11,03	5,28	155,76	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,41	34,81	0,58
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	20,95	95,76	9,97
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого			455	13,28	15,59	64,25	453,15	12,63
Всего				54,08	65,47	217,42	1 684,42	50,89