

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
16 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	180	5,16	5,17	17,00	135,73	0,74
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45/5/10	5,95	7,18	23,46	182,93	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,51	2,07	11,29	74,36	0,46
Итого			420	13,62	14,42	51,75	393,02	1,20
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	0,96	2,50	3,94	41,96	2,00
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,84	6,55	13,98	146,46	6,23
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,74	5,33	27,87	178,33	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,17	14,33	3,69	188,65	1,79
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,00	8,50	34,72	0,58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			700	30,33	29,50	92,83	760,17	10,60
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	55	0,64	0,05	5,35	25,05	1,02
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	125	18,54	12,05	20,32	267,31	0,18
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	184	5,44	4,69	9,00	101,27	1,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	20,97	95,87	9,99
Итого			464	26,12	17,29	55,64	489,50	12,19
Всего				70,57	61,31	210,32	1 685,69	25,99