

Утверждаю

И.О.Заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

20 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	7,14	7,26	24,22	191,83	0,86
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	54	6,62	5,98	0,37	81,73	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	65/5	4,75	6,57	31,00	202,14	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	220	5,44	4,41	19,66	141,84	0,79
Итого			524	23,95	24,22	75,25	617,54	1,65
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,56	0,11	11,21	47,74	2,22
Итого			111	0,56	0,11	11,21	47,74	2,22
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	0,97	2,55	4,85	46,20	2,36
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,05	9,65	9,01	139,56	11,24
2008	265	ПЛОВ	215	15,60	18,32	33,29	360,64	1,99
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	10,01	40,04	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,52	0,64	21,10	105,49	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
Итого			718	26,81	31,38	95,82	774,82	15,59
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,61	0,05	4,83	22,78	0,96
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	6,42	5,64	53,89	291,82	0,17
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,41	4,67	8,96	100,83	1,00
2008		ЯБЛОКО	136	0,55	0,55	13,37	64,11	13,64
Итого			444	12,99	10,91	81,05	479,54	15,77
Всего				64,31	66,62	263,33	1 919,64	35,23