

Утверждаю

И.О.Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

27 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		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,84	2,00	1,77	28,28	1,12
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,82	11,70	5,24	161,59	0,16
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,19	0,00	8,16	33,89	0,51
Итого			340	12,93	18,08	35,28	355,89	1,79
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	35	0,26	1,90	0,56	21,22	0,69
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	3,67	8,91	8,37	128,65	10,11
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,83	5,03	18,27	130,00	8,77
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	13,21	14,71	9,99	224,89	0,45
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,12	0,07	9,86	41,26	1,04
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			685	25,68	31,41	81,90	716,07	21,06
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,36	0,03	3,09	14,43	0,58
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	6,11	5,80	52,34	285,78	0,17
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
		ЗЕФИР	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			435	6,87	6,23	74,91	385,91	10,75
Всего				45,98	55,82	202,19	1 500,87	35,60