

Утверждаю

И.О.Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

26 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 ОВСЯНЫЙ	180	4,93	4,96	16,64	131,52	0,59
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,19	7,64	24,13	190,66	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,24	1,64	11,88	71,73	0,35
Итого			425	13,36	14,24	52,65	393,91	0,94
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,52	0,10	10,44	44,43	2,07
Итого			103	0,52	0,10	10,44	44,43	2,07
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,94	2,97	4,89	50,60	8,88
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	4,36	7,79	14,17	144,20	5,39
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,72	4,40	28,46	164,19	0,00
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	12,21	4,48	6,39	114,90	1,03
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,11	0,03	13,05	53,40	0,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,26	0,59	19,54	97,68	0,00
Итого			679	23,60	20,26	86,50	624,97	16,06
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	110	15,66	11,40	18,59	242,76	0,16
2012	394	ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,03	2,24	14,93	88,21	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,46	0,12	9,62	45,39	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,82	47,12	10,03
Итого			429	20,11	14,82	68,42	494,28	10,33
Всего				57,59	49,42	218,01	1 557,59	29,40