

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
5 марта 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННЫЙ	180	3,77	4,46	26,31	160,66	0,12
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,97	4,49	0,27	61,37	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,45	7,42	20,11	169,63	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,60	34,41	0,00
Итого			455	14,19	16,37	55,29	426,07	0,12
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	2,48	4,10	41,41	1,92
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	11,45	8,59	25,46	227,99	7,36
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,93	18,44	129,30	8,94
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	9,82	3,74	6,45	98,91	0,91
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,08	0,02	8,79	36,10	0,61
Итого			660	28,08	20,36	83,04	632,71	19,74
Полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	3,54	3,62	25,50	148,82	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,07	33,40	0,50
Итого			360	6,54	4,47	64,08	324,07	0,50
Всего				49,31	41,30	212,31	1 425,85	22,36