

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
6 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	180	КАША РИСОВАЯ С ЯБЛОКАМИ	130	1,66	3,38	22,96	129,44	0,87
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,69	20,11	135,01	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,45	29,77	0,00
Итого			355	4,74	8,07	50,52	294,22	0,87
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,53	0,11	10,80	45,98	2,14
Итого			107	0,53	0,11	10,80	45,98	2,14
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	35	0,24	1,70	0,52	18,97	0,63
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,07	3,05	12,72	106,87	5,58
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	185	11,14	15,82	16,96	256,11	25,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,14	11,58	54,65	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,54	0,46	15,23	76,15	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,09	0,02	8,59	35,38	0,67
Итого			641	22,84	21,19	65,60	548,13	32,08
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	95	6,89	6,72	52,69	298,95	0,29
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,83	37,55	7,99
Итого			355	7,21	7,04	70,20	375,20	8,28
Всего				35,32	36,41	197,12	1 263,53	43,37