

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
12 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5,25	5,39	20,67	153,14	0,78
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,44	20,11	132,71	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,00	2,18	14,37	89,74	0,47
Итого			445	16,29	16,50	55,42	436,88	1,25
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	2,48	4,10	41,41	1,92
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	5,40	8,92	13,64	156,46	5,21
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,99	5,05	11,41	104,61	25,69
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	17,64	20,80	9,98	296,94	0,41
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,09	0,09	9,84	40,99	0,88
Итого			690	31,65	38,06	78,81	786,77	34,11
Полдник								
		ЗЕФИР	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,07	33,40	0,50
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			330	1,65	0,50	29,07	129,40	10,50
Всего				50,09	55,16	173,40	1 396,05	47,86