

Утверждаю

ИО Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

16 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	125	4,90	5,08	17,55	136,26	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	2,34	4,31	15,25	109,19	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,05	1,70	8,26	56,92	0,38
Итого			345	9,29	11,09	41,06	302,37	0,38
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,53	0,11	10,68	45,46	2,11
Итого			106	0,53	0,11	10,68	45,46	2,11
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,70	4,92	56,19	2,31
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	12,25	9,34	26,57	242,60	7,88
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,87	5,28	21,97	154,59	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	13,47	14,90	11,11	231,89	0,29
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,87	31,45	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			680	34,72	33,82	92,24	815,72	10,48
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	182	5,38	4,64	8,90	100,18	1,00
Итого			222	7,42	7,18	38,98	252,38	1,00
Всего				51,96	52,20	182,96	1 415,93	13,97