

Утверждаю

ИО Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

23 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	4,76	5,05	16,80	132,34	0,55
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,00
2012	394	ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	1,88	2,07	13,73	81,16	0,13
Итого			425	12,86	14,60	55,66	406,81	0,68
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		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	40	0,29	2,95	0,61	30,83	0,74
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,42	8,84	12,42	147,14	6,45
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	13,38	11,40	22,43	245,95	10,17
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			650	21,39	23,79	63,00	553,88	17,36
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	120	17,79	11,70	18,67	254,52	0,18
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			430	26,90	16,98	63,52	520,57	11,16
Всего				61,65	55,47	192,28	1 524,26	31,20