

Утверждаю

ИО Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

24 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 С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	180	5,40	5,14	17,14	137,36	0,72
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45/5/10	5,87	7,91	21,81	182,61	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,61	2,83	16,20	105,50	0,61
Итого			420	14,88	15,88	55,15	425,47	1,33
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,53	0,11	10,64	45,29	2,11
Итого			105	0,53	0,11	10,64	45,29	2,11
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	35	0,25	2,94	0,52	30,20	0,64
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	5,28	8,69	14,68	158,19	5,00
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	195	21,11	9,22	16,61	256,66	14,49
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,11	0,03	9,14	37,82	0,82
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,39	0,62	20,33	101,64	0,00
Итого			641	30,14	21,50	61,28	584,51	20,95
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	60	0,87	2,97	4,79	49,70	1,91
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,98	0,16	13,05	61,57	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,08	33,47	0,53
2008		ПЕЧЕНЬЕ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БАНАН		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			306	7,96	7,62	26,19	206,03	2,44
Всего				53,51	45,11	153,26	1 261,30	26,83