

Утверждаю

ИО Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

26 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	3,84	4,11	18,00	125,05	0,53
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,27	7,66	24,50	192,69	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,21	2,16	16,08	92,83	0,10
Итого			425	12,32	13,93	58,58	410,57	0,63
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,53	0,11	10,67	45,42	2,11
Итого			106	0,53	0,11	10,67	45,42	2,11
Обед								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,05	4,01	5,44	62,26	2,66
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,12	3,01	13,02	107,83	5,97
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	215	16,23	18,23	21,12	313,52	10,45
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,10	0,03	9,18	37,88	0,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,26	0,59	19,55	97,76	0,00
2008		ВАФЛИ	19	0,53	0,62	14,49	66,38	0,00
Итого			703	28,29	26,49	82,80	685,63	19,84
Полдник								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,20	5,05	13,30	113,37	26,76
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,22	0,18	14,62	68,99	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	8,21	33,94	0,50
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого			359	6,14	5,89	51,59	287,10	27,26
Всего				47,28	46,42	203,64	1 428,72	49,84