

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ**6 апреля 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 МАННЫЙ	180	2,96	3,79	24,60	143,96	0,10
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,22	7,48	25,13	193,31	0,00
		КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,46	2,51	13,76	87,95	0,10
Итого			445	14,12	16,02	63,63	455,87	0,20
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	1,98	0,63	22,23	0,76
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	7,09	3,01	12,77	106,64	5,86
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,59	8,67	19,97	257,29	13,29
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	30,27	14,26	60,91	516,12	19,91
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	13,99	9,92	15,08	208,14	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,59	2,18	14,00	86,56	0,48
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			410	20,37	12,79	65,13	461,75	10,62
Всего				65,26	43,17	199,77	1 476,74	32,73