

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

**МЕНЮ**

14 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	170	8,68	10,01	30,43	247,80	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,74	4,43	24,38	152,26	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,95	31,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>12,42</b>	<b>14,44</b>	<b>62,76</b>	<b>431,85</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	30	0,21	1,97	0,47	20,97	0,56
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,26	9,63	12,23	157,26	11,61
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,26	5,11	21,85	146,81	10,58
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	9,99	6,34	1,55	103,62	0,98
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
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>25,07</b>	<b>23,90</b>	<b>83,71</b>	<b>653,35</b>	<b>23,73</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,37	6,18	41,34	242,26	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>12,19</b>	<b>11,27</b>	<b>71,14</b>	<b>437,26</b>	<b>10,98</b>
<b>Всего</b>				<b>50,18</b>	<b>49,71</b>	<b>227,71</b>	<b>1 565,46</b>	<b>36,71</b>