

Утверждаю

Заведующий

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

\_\_\_\_\_/Золотарёва Н.Е./

**МЕНЮ****10 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	5,26	5,51	18,32	144,69	0,61
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,47	2,24	0,14	30,61	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/5	3,76	4,43	24,55	153,09	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,15	32,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>11,49</b>	<b>12,18</b>	<b>51,16</b>	<b>360,98</b>	<b>0,61</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,53	0,11	10,64	45,29	2,11
<b>Итого</b>			<b>105</b>	<b>0,53</b>	<b>0,11</b>	<b>10,64</b>	<b>45,29</b>	<b>2,11</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,90	2,53	4,41	44,06	2,17
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,13	9,17	8,51	133,61	9,95
2008	265	ПЛОВ	205	13,20	16,14	31,66	324,92	1,79
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,79	0,23	18,34	86,57	0,00
<b>Итого</b>			<b>652</b>	<b>21,02</b>	<b>28,07</b>	<b>72,60</b>	<b>627,86</b>	<b>13,91</b>
<b>Полдник</b>								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	80	6,27	6,95	50,10	288,01	0,21
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	7,98	33,04	0,50
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>6,82</b>	<b>7,35</b>	<b>67,89</b>	<b>368,08</b>	<b>10,72</b>
<b>Всего</b>				<b>39,86</b>	<b>47,71</b>	<b>202,29</b>	<b>1 402,21</b>	<b>27,35</b>