

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ

17 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	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	9,18	13,71	5,31	181,38	0,14
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	59	1,12	5,25	4,54	70,21	4,13
2008	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/5	3,54	4,63	23,15	148,45	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,49	35,16	0,59
Итого			379	13,99	23,59	41,49	435,20	4,86
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,53	0,11	10,74	45,72	2,13
Итого			106	0,53	0,11	10,74	45,72	2,13
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,85	3,04	4,75	49,90	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	3,83	8,22	10,13	130,32	12,12
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	12,98	17,91	35,77	356,15	2,13
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	10,12	40,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,79	0,69	22,72	113,59	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,77	0,23	18,22	86,00	0,00
Итого			703	24,22	30,09	101,71	776,43	16,53
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	6,30	6,96	44,17	264,77	0,14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,15	32,59	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
Итого			350	6,70	7,36	62,13	344,39	10,15
Всего				45,44	61,15	216,07	1 601,74	33,67