

Утверждаю

Заведующий

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

/Золотарёва Н.Е./

**МЕНЮ**

21 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	4,98	5,17	16,93	134,90	0,59
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,60	2,95	12,51	92,12	0,54
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,81	4,63	24,89	156,46	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,39</b>	<b>12,75</b>	<b>54,33</b>	<b>383,48</b>	<b>1,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,53	0,11	10,69	45,49	2,12
<b>Итого</b>			<b>106</b>	<b>0,53</b>	<b>0,11</b>	<b>10,69</b>	<b>45,49</b>	<b>2,12</b>
<b>Обед</b>								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	60	0,86	2,97	4,72	49,37	1,88
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,15	5,66	15,06	119,84	5,40
2008	184	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	5,20	6,30	27,40	187,00	1,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	9,95	13,13	2,87	169,82	1,44
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,85	45,88	1,40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,61	0,66	21,69	108,43	0,00
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>21,93</b>	<b>28,83</b>	<b>82,59</b>	<b>680,34</b>	<b>11,12</b>
<b>Полдник</b>								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,20	1,85	2,52	31,38	1,60
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,97	11,81	5,40	163,82	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,26	0,18	14,84	70,02	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,18	33,76	0,48
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	19	1,41	1,79	13,92	77,53	0,00
<b>Итого</b>			<b>454</b>	<b>15,49</b>	<b>16,13</b>	<b>65,86</b>	<b>472,51</b>	<b>12,24</b>
<b>Всего</b>				<b>50,34</b>	<b>57,82</b>	<b>213,47</b>	<b>1 581,82</b>	<b>26,61</b>