

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ**23 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 РИСОВЫЙ	180	4,96	5,15	20,10	147,42	0,73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,10	7,47	24,38	189,76	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	7,96	32,29	0,02
Итого			425	11,17	12,62	52,44	369,47	0,75
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,68	2,96	4,01	45,26	1,88
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,16	8,57	9,32	131,36	10,43
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,84	5,05	18,20	129,84	8,72
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	11,30	4,28	6,40	109,63	1,02
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,10	10,54	44,42	1,29
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,63	0,66	21,78	108,90	0,00
Итого			675	22,75	21,62	70,25	569,41	23,34
Полдник								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,21	2,02	2,54	33,08	1,61
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,84	13,14	5,26	174,66	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,46	0,12	9,58	45,21	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	8,03	32,90	0,26
2008		БАНАН	137	2,06	0,69	28,81	131,71	13,72
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого			481	14,26	16,63	69,68	488,36	15,75
Всего				48,68	50,97	202,47	1 470,24	41,84