

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ

5 мая 2026 г.

Сад 10,5 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	4,62	4,73	18,99	137,91	0,67
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/5/10	6,48	7,50	26,89	201,62	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,64	2,02	12,53	79,38	0,43
Итого			425	13,74	14,25	58,41	418,91	1,10
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		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,45	3,56	1,38	39,28	2,28
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,22	9,07	14,45	161,00	11,67
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	10,48	12,31	23,70	247,58	10,30
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,69	45,20	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,41	0,62	20,47	102,37	0,00
Итого			672	19,72	25,67	70,69	595,43	25,64
Полдник								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	2,02	1,90	29,31	1,20
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,82	11,35	5,24	158,46	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,63	0,13	10,73	50,64	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,05	33,30	0,50
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,01	10,00
Итого			416	13,00	14,00	46,92	367,72	11,86
Всего				46,96	54,02	186,12	1 425,06	40,60