

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарёва Н.Е../

МЕНЮ

7 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННЫЙ	180	5,04	4,88	16,56	131,04	0,66
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/4/8	5,03	6,39	20,46	160,05	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	1,45	1,41	12,32	67,75	0,07
Итого			412	11,52	12,68	49,34	358,84	0,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	97	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			97	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	65	0,03	2,91	1,03	30,42	0,24
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	3,57	8,79	11,58	139,90	6,64
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,88	5,28	22,03	154,88	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	9,38	12,92	3,01	165,80	1,33
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,19	0,58	19,17	95,83	0,00
Итого			668	21,05	30,48	64,56	617,79	8,21
Полдник								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,19	2,02	2,49	32,80	1,58
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	7,13	9,26	4,29	128,99	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШИЙ СОРТ	30	2,33	0,19	15,30	72,23	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	8,05	33,21	0,40
2008		БАНАН	74	1,11	0,37	15,60	71,34	7,43
2008		ВАФЛИ	18	0,49	0,58	13,53	61,95	0,00
Итого			412	12,39	12,42	59,26	400,52	9,55
Всего				45,46	55,68	183,06	1 420,15	20,49