

Утверждаю

И.О. Заведующий
МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"
_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ
19 мая 2026 г.

Сад

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	4,59	5,27	17,07	134,81	0,55
2008	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	5,45	7,46	20,11	170,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,66	2,99	12,63	93,23	0,55
Итого			410	13,70	15,72	49,81	398,04	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	20	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,00	2,92	0,00	26,25	0,00
2007	84*	СУП РЫБНЫЙ	180	6,82	2,99	12,08	102,69	5,97
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70	10,35	10,70	10,42	179,08	0,45
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,84	5,07	18,27	130,43	8,77
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	10,68	45,15	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,17	0,58	19,03	95,15	0,00
Итого			668	23,34	22,37	70,48	578,75	16,58
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,32	0,04	1,01	5,68	4,06
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	8,61	11,81	4,29	157,88	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,15	12,08	57,02	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,04	33,26	0,50
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	95,98	10,00
Итого			435	13,90	14,38	61,04	431,22	14,69
Всего				51,44	52,57	191,43	1 451,01	34,37