

Утверждаю

И.О. Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

21 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5,26	5,38	20,86	153,90	0,78
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,75	4,43	24,56	153,15	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,79	2,18	13,34	84,76	0,47
Итого			415	11,80	11,99	58,76	391,81	1,25
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,92	42,25	1,97
Итого			98	0,49	0,10	9,92	42,25	1,97
Обед								
2012	20	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	55	0,03	1,94	0,55	19,77	0,24
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	6,22	9,70	14,07	168,48	5,45
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	11,73	14,20	21,37	260,77	10,97
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,16	0,04	15,21	62,64	1,14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,24	0,59	19,42	97,08	0,00
Итого			644	21,38	26,47	70,62	608,74	17,80
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	26	0,21	0,03	0,64	3,60	2,57
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,58	11,73	4,31	157,20	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,08	47,59	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,07	33,40	0,50
2008		ЯБЛОКО	62	0,25	0,25	6,03	28,92	6,15
Итого			373	10,72	12,13	29,13	270,71	9,35
Всего				44,39	50,69	168,43	1 313,51	30,37