

Утверждаю

И.О. Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

26 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 С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	180	5,11	4,98	16,72	133,04	0,67
2008	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	45/5/10	5,98	7,60	23,12	185,43	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,32	2,61	14,64	96,11	0,56
Итого			420	14,41	15,19	54,48	414,58	1,23
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	50	0,42	3,01	1,29	33,91	2,29
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	6,82	10,41	13,88	176,51	5,18
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	9,89	6,50	1,34	103,79	0,95
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,82	4,44	29,59	169,63	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,21	0,11	11,31	48,25	1,79
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,38	0,61	20,26	101,29	0,00
Итого			671	23,54	25,08	77,67	633,38	10,21
Полдник								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	65	1,17	3,51	5,99	60,66	3,11
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,63	10,65	4,34	147,81	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,10	0,17	13,84	65,31	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,09	33,57	0,58
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,01	96,03	10,00
Итого			478	15,03	16,71	67,89	484,78	13,82
Всего				53,48	57,08	210,14	1 575,74	27,26