

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ**4 июня 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		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	80	0,60	3,78	1,89	43,82	3,12
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	9,20	12,99	4,66	172,31	0,14
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	55/5	3,97	4,77	25,92	162,52	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,10	0,00	10,56	43,47	0,76
Итого			410	13,87	21,54	43,03	422,12	4,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,53	0,11	10,61	45,18	2,10
Итого			105	0,53	0,11	10,61	45,18	2,10
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	1,22	3,14	5,19	54,68	12,57
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,77	9,17	15,81	168,94	6,44
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,77	4,61	18,90	128,50	9,18
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	12,65	14,31	11,00	223,28	0,38
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,11	11,48	48,56	1,50
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,51	0,64	21,06	105,29	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,43	0,20	16,01	75,56	0,00
Итого			735	28,51	32,18	99,45	804,81	30,07
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	17,52	12,39	14,82	244,16	0,19
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,09	4,38	8,43	94,78	0,94
2008		БАНАН	82	1,23	0,41	17,21	78,70	8,20
		ЗЕФИР	65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			448	23,84	17,18	40,46	417,64	9,33
Всего				66,75	71,01	193,55	1 689,75	45,52