

Утверждаю

ИО Заведующий

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

\_\_\_\_\_/Малько Н.Л./

**МЕНЮ**  
**11 июня 2026 г.**

**Сад**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                 | Выход   | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------|---------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                    |         | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                    |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 69                  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ<br>(пшенный) | 180     | 5,22              | 4,90    | 18,15            | 138,52                                   | 0,67                  |
| 2012                          | 213                 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                      | 40      | 4,96              | 4,49    | 0,27             | 61,29                                    | 0,00                  |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ                 | 60/5/10 | 7,34              | 7,66    | 32,33            | 228,37                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                    | 170     | 3,47              | 2,84    | 11,72            | 87,53                                    | 0,53                  |
| Итого                         |                     |                                    | 465     | 20,99             | 19,89   | 62,47            | 515,71                                   | 1,20                  |
| II Завтрак                    |                     |                                    |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 399                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                       | 99      | 0,50              | 0,10    | 10,02            | 42,64                                    | 1,98                  |
| Итого                         |                     |                                    | 99      | 0,50              | 0,10    | 10,02            | 42,64                                    | 1,98                  |
| Обед                          |                     |                                    |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ   | 75      | 1,18              | 3,02    | 4,06             | 48,84                                    | 12,15                 |
| 2012                          | 81                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ     | 180     | 12,77             | 9,30    | 27,50            | 248,28                                   | 10,66                 |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                | 200     | 14,34             | 16,60   | 21,29            | 292,21                                   | 10,81                 |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ            | 180     | 0,10              | 0,08    | 9,91             | 41,39                                    | 0,99                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 69      | 4,55              | 0,83    | 27,32            | 136,59                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 39      | 2,94              | 0,24    | 19,34            | 91,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                    | 743     | 35,88             | 30,07   | 109,42           | 858,61                                   | 34,61                 |
| Полдник                       |                     |                                    |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 473                 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                   | 70      | 6,25              | 6,99    | 42,28            | 257,24                                   | 0,14                  |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                      | 180     | 0,15              | 0,00    | 8,05             | 33,28                                    | 0,51                  |
| 2008                          |                     | БАНАН                              | 114     | 1,71              | 0,57    | 24,01            | 109,76                                   | 11,43                 |
|                               |                     | ЗЕФИР                              | 19      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                    | 383     | 8,11              | 7,56    | 74,34            | 400,28                                   | 12,08                 |
| Всего                         |                     |                                    |         | 65,48             | 57,62   | 256,25           | 1 817,24                                 | 49,87                 |