

Утверждаю

ИО Заведующий

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

_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ
10 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	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	90	0,92	3,53	5,08	56,62	15,46
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45	5,50	4,98	0,30	68,00	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	62/6	4,73	5,02	30,94	187,87	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,10	0,00	11,16	45,68	0,64
Итого			383	11,25	13,53	47,48	358,17	16,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,53	0,11	10,74	45,74	2,13
Итого			106	0,53	0,11	10,74	45,74	2,13
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,56	3,52	1,88	42,81	12,81
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННЫЙ	180	5,73	9,11	15,54	167,29	14,69
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	13,32	5,34	10,82	144,95	1,13
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,27	5,68	21,30	149,81	10,24
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	185	0,12	0,03	14,25	58,31	0,84
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	74	4,91	0,89	29,45	147,26	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,81	0,23	18,50	87,33	0,00
Итого			766	30,72	24,80	111,74	797,76	39,71
Полдник								
2012	235, 351	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130	21,71	14,02	31,67	344,26	0,22
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,89	2,30	13,25	85,96	0,49
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2008		БАНАН	105	1,57	0,52	21,96	100,38	10,46
Итого			435	26,73	17,50	82,34	601,40	11,17
Всего				69,23	55,94	252,30	1 803,07	69,11