

Утверждаю

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

\_\_\_\_\_ //

**МЕНЮ**  
**18 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   | 5,58              | 5,28    | 19,58            | 149,07                                   | 0,72                  |
| 2012                          | 213                 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ                                | 20    | 2,51              | 2,28    | 0,14             | 31,08                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                         | 40/5  | 2,77              | 4,29    | 18,11            | 122,16                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                             | 180   | 3,96              | 3,20    | 13,13            | 98,48                                    | 0,56                  |
| Итого                         |                     |                                             | 425   | 14,82             | 15,05   | 50,96            | 400,79                                   | 1,28                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                | 99    | 0,49              | 0,10    | 9,98             | 42,47                                    | 1,98                  |
| Итого                         |                     |                                             | 99    | 0,49              | 0,10    | 9,98             | 42,47                                    | 1,98                  |
| Обед                          |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 22                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ                   | 50    | 0,55              | 2,59    | 1,85             | 34,20                                    | 12,52                 |
| 2012                          | 82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180   | 5,00              | 8,39    | 15,53            | 157,78                                   | 13,39                 |
| 2012                          | 298                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                             | 200   | 13,55             | 15,03   | 17,69            | 261,79                                   | 25,86                 |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                     | 180   | 0,16              | 0,11    | 10,72            | 45,43                                    | 1,41                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 38    | 2,50              | 0,45    | 14,97            | 74,86                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 648   | 21,76             | 26,57   | 60,76            | 574,06                                   | 53,18                 |
| Полдник                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                        | 120   | 16,88             | 12,10   | 14,24            | 236,70                                   | 0,19                  |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                            | 180   | 5,07              | 4,37    | 8,40             | 94,50                                    | 0,94                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 23    | 1,72              | 0,14    | 11,34            | 53,53                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАНАН                                       | 79    | 1,18              | 0,39    | 16,51            | 75,48                                    | 7,86                  |
| Итого                         |                     |                                             | 402   | 24,85             | 17,00   | 50,49            | 460,21                                   | 8,99                  |
| Всего                         |                     |                                             |       | 61,92             | 58,72   | 172,19           | 1 477,53                                 | 65,43                 |