

Утверждаю

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

_____ //

МЕНЮ
19 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)	180	6,13	5,73	18,92	152,73	0,77
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,51	2,28	0,14	31,09	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,01	4,66	19,65	132,66	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,18	2,08	15,69	90,31	0,10
Итого			425	13,83	14,75	54,40	406,79	0,87
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,52	0,10	10,41	44,31	2,06
Итого			103	0,52	0,10	10,41	44,31	2,06
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,56	3,02	1,73	36,29	3,15
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	6,73	10,35	15,59	183,46	21,87
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	13,31	16,17	10,77	241,83	0,48
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,99	5,33	18,60	134,79	8,83
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,15	0,03	15,81	64,80	1,02
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,55	0,46	15,32	76,62	0,00
Итого			679	26,29	35,36	77,82	737,79	35,35
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	10,56	9,75	40,56	293,08	0,16
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	8,30	34,13	0,36
2008		ЯБЛОКО	42	0,17	0,17	4,11	19,73	4,20
Итого			297	10,87	9,92	52,97	346,94	4,72
Всего				51,51	60,13	195,60	1 535,83	43,00