

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"
_____/Золотарёва Н.Е./

МЕНЮ
22 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	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	215	8,86	9,11	36,86	265,98	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	51/5	3,83	4,59	25,04	156,79	0,00
		ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,40	2,70	17,84	105,45	0,15
Итого			451	15,09	16,40	79,74	528,22	0,15
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	95	0,48	0,10	9,61	40,93	1,90
Итого			95	0,48	0,10	9,61	40,93	1,90
Обед								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	0,94	2,31	5,10	45,11	2,44
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	185/35	9,13	10,88	17,24	203,91	18,07
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	85	8,85	6,88	2,07	106,13	2,44
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	3,49	4,64	36,67	202,48	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,17	0,10	13,71	57,45	1,49
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,15	0,57	18,89	94,43	0,00
Итого			718	25,73	25,38	93,68	709,51	24,44
Полдник								
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	80	5,76	5,18	45,42	251,54	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	188	5,29	4,56	8,76	98,51	0,98
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,02	10,00
Итого			368	12,55	10,24	75,18	446,07	10,98
Всего				53,85	52,12	258,21	1 724,73	37,47