

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
23 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	215	8,14	7,66	28,25	215,89	1,04
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	135/5	9,51	5,01	62,34	332,51	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	190	4,51	3,74	19,45	130,56	0,84
Итого			585	27,12	20,90	110,31	740,25	1,88
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,45	3,94	1,39	42,64	2,28
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	180	11,16	15,89	18,40	262,18	21,77
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	12,31	15,63	3,34	203,37	1,38
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,87	5,38	21,97	155,63	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,04	17,08	70,24	1,25
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	73	4,79	0,87	28,74	143,69	0,00
Итого			693	33,74	41,75	90,92	877,75	26,68
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	125	19,00	13,11	21,60	283,82	0,19
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
Итого			375	25,11	17,83	44,68	445,30	8,13
Всего				86,47	80,58	256,01	2 106,30	38,69