

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

7 сентября 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	69	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ	180	4,62	4,84	16,01	126,81	0,54
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/5	3,75	4,43	24,55	153,10	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	7,42	30,08	0,02
Итого			415	8,48	9,27	47,98	309,99	0,56
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	35	0,27	2,64	0,58	27,83	0,70
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННЫЙ	180	4,44	7,96	15,43	151,09	3,71
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	80	10,88	6,28	1,56	106,66	1,04
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,72	4,40	28,46	164,19	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,10	0,03	11,13	45,72	0,78
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,77	0,50	16,61	83,06	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,17	13,65	64,40	0,00
Итого			674	23,25	21,98	87,42	642,95	6,23
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	115	17,28	11,68	20,27	258,43	0,17
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,36	34,53	0,50
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,02	10,00
Итого			415	20,41	14,06	64,25	470,38	10,67
Всего				52,14	45,31	199,65	1 423,32	17,46