

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

3 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)	180	4,60	4,44	15,41	120,70	0,53
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,97	4,49	0,27	61,37	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	48/5	3,60	4,47	23,51	148,67	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3,44	2,84	14,51	98,20	0,64
Итого			453	16,61	16,24	53,70	428,94	1,17
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,49	44,65	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,49	44,65	2,08
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	45	0,45	4,99	1,54	53,91	4,18
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	4,40	7,92	14,83	149,12	16,57
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,40	5,29	22,03	149,85	10,57
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	12,63	4,53	9,36	128,80	1,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,11	0,57	18,66	93,30	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,21	0,18	14,50	68,45	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,25	0,10	9,63	42,17	20,41
Итого			691	26,45	23,58	90,55	685,60	52,81
Полдник								
2008	210	МАКАРОНЫ С САХАРОМ	100	3,24	3,56	23,56	139,30	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,16	33,74	0,51
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
Итого			300	4,87	5,44	46,34	254,44	0,51
Всего				48,45	45,36	201,08	1 413,63	56,57