

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ г. Керчи РК "Детский сад № 60 "Радуга"
_____/Максимова В.А./

МЕНЮ
22 апреля 2025 г.
Ясли 10,5

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сыр козломской)	150	7,40	7,51	23,97	193,89	0,04
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,00	5,01	20,35	0,02
Итого			335	9,80	11,83	44,07	322,69	0,06
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РИСОВЫЙ (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень), сметана 15% жирности)	150	2,02	4,39	16,22	112,65	5,03
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, консервы говядина тушеная, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, петрушка (зелень), чеснок)	150	14,63	19,77	13,21	288,98	9,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
Итого			530	22,46	24,73	72,08	600,58	14,75
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	5,37	7,34	19,42	166,04	0,68
2008		ВАФЛИ (вафли)	30	1,20	9,00	18,90	159,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,00	5,01	20,35	0,02
Итого			330	6,65	16,34	43,33	345,39	0,70
Всего				39,66	53,05	174,33	1 333,16	18,51

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ г. Керчи РК "Детский сад № 60 "Радуга"
_____/Максимова В.А./

МЕНЮ
22 апреля 2025 г.
Сад 10,5

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сыр козломской)	200	9,71	9,58	30,85	249,55	0,06
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт)	35	2,32	4,36	15,09	108,82	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,01	24,43	0,02
Итого			415	12,13	13,94	51,95	382,80	0,08
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РИСОВЫЙ (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень), сметана 15% жирности)	200	2,67	5,46	22,02	148,19	6,25
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, консервы говядина тушеная, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, петрушка (зелень), чеснок)	200	19,40	26,53	17,11	384,75	12,53
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
Итого			660	27,88	32,56	82,75	735,76	18,78
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,39	8,77	23,62	199,89	0,78
2008		ВАФЛИ (вафли)	30	1,20	9,00	18,90	159,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,01	24,43	0,02
Итого			410	7,69	17,77	48,53	383,32	0,80
Всего				48,45	64,42	198,08	1 566,38	22,66

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ г. Керчи РК "Детский сад № 60 "Радуга"
_____/Максимова В.А./

МЕНЮ

22 апреля 2025 г.
Сад 12

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сыр козломской)	200	9,70	9,55	30,82	249,03	0,06
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,12	24,85	0,02
Итого			415	12,12	13,87	52,03	382,33	0,08
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РИСОВЫЙ (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень), сметана 15% жирности)	200	2,68	5,32	21,99	146,93	6,38
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, консервы говядина тушеная, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокачанная, петрушка (зелень), чеснок)	200	19,39	26,34	17,01	382,40	12,65
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,92	23,65	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
Итого			660	27,88	32,23	82,73	732,58	19,03
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,37	8,72	23,60	199,20	0,78
2008		ВАФЛИ (вафли)	30	1,20	9,00	18,90	159,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,12	24,85	0,02
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
Итого			450	12,63	22,21	48,89	444,34	0,80
Всего				53,38	68,46	198,50	1 623,75	22,91