

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 мая 2025 г.
Ясли 10,5

| Сбор-ник реце-птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая цен-ность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|---------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, 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 | 9,37 | 7,66 | 36,05 | 251,66 | 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 | 4,59 | 15,09 | 110,92 | 0,00 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 150 | 3,97 | 3,34 | 11,35 | 92,44 | 0,68 |
| Итого | | | 335 | 15,66 | 15,59 | 62,49 | 455,02 | 0,72 |
| 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 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист, петрушка (зелень), соль йодированная) | 150 | 4,79 | 4,51 | 10,26 | 100,86 | 5,81 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (говядина б/к, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, петрушка (зелень), чеснок) | 150 | 12,41 | 16,20 | 12,72 | 246,74 | 9,54 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 150 | 0,00 | 0,00 | 5,16 | 20,63 | 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 | 23,01 | 21,28 | 65,95 | 547,83 | 15,35 |
| 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 | 5,35 | 7,19 | 19,63 | 165,54 | 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 | 5,32 | 21,59 | 0,02 |
| Итого | | | 330 | 6,63 | 16,19 | 43,85 | 346,13 | 0,70 |
| Всего | | | | 46,05 | 53,21 | 187,14 | 1 413,48 | 19,77 |

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 мая 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 костромской) | 200 | 12,37 | 9,86 | 47,91 | 330,99 | 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 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 180 | 4,70 | 3,93 | 12,95 | 107,29 | 0,78 |
| Итого | | | 415 | 19,39 | 18,11 | 75,95 | 546,73 | 0,84 |
| 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 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист, петрушка (зелень), соль йодированная) | 200 | 6,13 | 6,03 | 13,70 | 133,81 | 7,58 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (говядина б/к, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, петрушка (зелень), чеснок) | 200 | 16,46 | 21,50 | 16,90 | 327,56 | 12,53 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,00 | 0,00 | 5,77 | 23,06 | 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 | 28,40 | 28,10 | 74,18 | 664,03 | 20,11 |
| 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 | 8,73 | 23,57 | 199,30 | 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 | 5,97 | 24,26 | 0,02 |
| Итого | | | 410 | 7,69 | 17,73 | 48,44 | 382,56 | 0,80 |
| Всего | | | | 56,23 | 64,09 | 213,42 | 1 657,82 | 24,75 |

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 мая 2025 г.
Сад 12

| Сбор-ник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, 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 костромской) | 200 | 12,37 | 9,86 | 47,91 | 330,99 | 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 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 180 | 4,66 | 3,91 | 13,21 | 108,02 | 0,78 |
| Итого | | | 415 | 19,35 | 18,09 | 76,21 | 547,46 | 0,84 |
| 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 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист, петрушка (зелень), соль йодированная) | 200 | 6,25 | 5,99 | 13,69 | 134,00 | 7,46 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (говядина б/к, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, петрушка (зелень), чеснок) | 200 | 16,46 | 21,64 | 16,92 | 328,67 | 12,43 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,05 | 24,19 | 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 | 28,52 | 28,20 | 74,47 | 666,46 | 19,89 |
| 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 | 6,41 | 8,74 | 23,93 | 200,93 | 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 | 6,25 | 25,39 | 0,02 |
| 2012 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.)) | 40 | 4,96 | 4,49 | 0,27 | 61,29 | 0,00 |
| Итого | | | 450 | 12,67 | 22,23 | 49,35 | 446,61 | 0,80 |
| Всего | | | | 61,29 | 68,67 | 214,88 | 1 725,03 | 24,53 |