

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ г. Керчи РК "Детский сад № 60 "Радуга"

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ**30 мая 2025 г.****Ясли 10,5**

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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	5,22	6,64	20,11	162,00	0,67
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,00	5,01	20,35	0,02
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ С МАСЛОМ (печенье сахарное мука высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	25	1,49	5,91	14,47	117,18	0,00
Итого			325	6,79	12,55	39,59	299,53	0,69
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень), сметана 15% жирности)	150	2,58	4,51	14,45	108,79	5,02
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	155	16,39	19,51	18,08	236,13	9,54
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	40	1,16	2,51	2,45	36,90	2,00
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)	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
Итого			583	26,43	27,17	80,81	596,07	16,56
Полдник								
2008	1	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, повидло)	40	2,33	0,19	21,99	98,96	0,02
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,80	3,13	11,72	91,15	0,67
Итого			230	11,09	7,81	33,98	251,40	0,69
Всего				44,71	47,93	164,16	1 193,89	27,92

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 мая 2025 г.
Сад 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,22	7,85	24,60	194,85	0,78
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,05	24,61	0,02
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ С МАСЛОМ (печенье сахарное мука высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	25	1,49	5,91	14,47	117,18	0,00
Итого			405	7,81	13,76	45,12	336,64	0,80
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень), сметана 15% жирности)	200	3,05	5,56	16,77	129,49	4,95
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	205	22,53	25,40	21,43	295,46	11,51
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	60	1,75	3,04	3,67	48,93	2,75
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,85	23,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
Итого			733	33,63	34,64	88,71	692,19	19,21
Полдник								
2008	1	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, повидло)	40	2,33	0,19	21,99	98,96	0,02
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,50	3,62	14,37	109,14	0,78
Итого			260	11,79	8,30	36,63	269,39	0,80
Всего				53,63	57,10	180,26	1 345,22	30,81

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 мая 2025 г.
Сад 12

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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,22	8,11	24,54	197,00	0,78
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,11	0,00	6,02	24,50	0,02
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ С МАСЛОМ (печенье сахарное мука высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	25	1,49	6,17	14,47	119,59	0,00
Итого			405	7,82	14,28	45,03	341,09	0,80
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень), сметана 15% жирности)	200	3,07	5,62	16,81	130,18	5,11
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	205	22,53	25,71	21,47	298,56	11,51
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	60	1,77	3,35	3,70	51,82	3,04
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)	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
Итого			733	33,67	35,32	88,78	698,68	19,66
Полдник								
2008	1	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, повидло)	40	2,33	0,19	21,99	98,96	0,02
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,53	3,62	14,50	109,71	0,78
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,14	6,11	20,01	152,36	0,60
Итого			410	15,96	14,41	56,77	422,32	1,40
Всего				57,85	64,41	200,36	1 508,98	31,84