

Утверждаю

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

# МЕНЮ

**3 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (МАННАЯ)</b> (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	5,11	7,30	20,63	168,93	0,68
2008	1	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (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	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,00	5,01	20,35	0,02
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>7,51</b>	<b>11,62</b>	<b>40,73</b>	<b>297,73</b>	<b>0,70</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		<b>ФРУКТЫ (ЯБЛОКО)</b> (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,78</b>	<b>46,89</b>	<b>9,98</b>
<b>Обед</b>								
2012	58	<b>БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ</b> (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), чеснок, сметана 15% жирности, лавровый лист)	150	2,10	4,20	13,35	99,75	7,10
2012	261	<b>ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ</b> (рыба минтай, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт)	60	9,09	4,15	6,22	98,62	0,41
2012	355	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ</b> (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь)	60	0,76	1,70	3,34	32,23	1,37
2012	318	<b>КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ</b> (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	110	2,50	3,83	20,26	125,83	10,24
2008		<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> (огурцы грунтовые)	40	0,32	0,04	1,01	5,66	4,04
2008	402	<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2008		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>20,58</b>	<b>14,49</b>	<b>86,83</b>	<b>561,04</b>	<b>23,16</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> (творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, ванилин)	90	2,11	4,38	19,49	125,66	0,06
2012	397	<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	4,05	3,39	11,05	92,12	0,68
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>6,16</b>	<b>7,77</b>	<b>30,54</b>	<b>217,78</b>	<b>0,74</b>
<b>Всего</b>				<b>34,65</b>	<b>34,28</b>	<b>167,88</b>	<b>1 123,44</b>	<b>34,58</b>

Утверждаю

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

# МЕНЮ

## 3 июня 2025 г.

### Сад 10,5

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (МАННАЯ) <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)</small>	200	6,05	7,82	25,17	195,59	0,78
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,10	0,00	5,98	24,32	0,02
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>8,47</b>	<b>12,14</b>	<b>46,24</b>	<b>328,36</b>	<b>0,80</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) <small>(яблоки)</small>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>10,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ <small>(свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), чеснок, сметана 15% жирности, лавровый лист)</small>	200	2,62	4,90	16,42	120,84	8,94
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ <small>(рыба минтай, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт)</small>	80	10,86	5,02	6,89	116,45	0,46
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ <small>(сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь)</small>	80	1,05	2,72	4,83	48,66	1,76
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ <small>(картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)</small>	130	2,94	4,59	23,76	148,32	12,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ <small>(огурцы грунтовые)</small>	60	0,48	0,06	1,50	8,41	6,01
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)</small>	180	0,00	0,00	5,78	23,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>810</b>	<b>23,76</b>	<b>17,86</b>	<b>96,99</b>	<b>645,40</b>	<b>29,17</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ <small>(творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, ванилин)</small>	110	3,29	6,97	29,79	195,03	0,12
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)</small>	180	4,68	3,92	12,95	107,14	0,78
<b>Итого</b>			<b>290</b>	<b>7,97</b>	<b>10,89</b>	<b>42,74</b>	<b>302,17</b>	<b>0,90</b>
<b>Всего</b>				<b>40,60</b>	<b>41,29</b>	<b>195,77</b>	<b>1 322,93</b>	<b>40,87</b>

Утверждаю

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

# МЕНЮ

## 3 июня 2025 г.

### Сад 12

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (МАННАЯ) (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,08	7,82	25,22	195,93	0,78
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	5,85	23,77	0,02
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>8,50</b>	<b>12,14</b>	<b>46,16</b>	<b>328,15</b>	<b>0,80</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,78</b>	<b>46,89</b>	<b>9,98</b>
<b>Обед</b>								
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), чеснок, сметана 15% жирности, лавровый лист)	200	2,66	5,04	16,53	122,75	9,06
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт)	80	10,70	5,04	6,69	115,06	0,46
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь)	80	1,08	2,90	4,97	50,93	1,71
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	130	2,94	4,59	23,76	148,32	12,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	60	0,48	0,06	1,51	8,43	6,02
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,65	22,57	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
<b>Итого</b>			<b>810</b>	<b>23,67</b>	<b>18,20</b>	<b>96,92</b>	<b>647,66</b>	<b>29,25</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, ванилин)	110	3,28	6,97	29,56	194,04	0,12
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,61	3,88	12,79	105,82	0,78
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	100	5,58	5,47	29,21	187,98	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>13,47</b>	<b>16,32</b>	<b>71,56</b>	<b>487,84</b>	<b>0,90</b>
<b>Всего</b>				<b>46,04</b>	<b>47,06</b>	<b>224,42</b>	<b>1 510,54</b>	<b>40,93</b>