

Утверждаю

Заведующий

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

\_\_\_\_\_/Максимова В.А./

# МЕНЮ

16 июля 2025 г.

Ясли 10,5

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                 | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНО<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, пшено)                                                                      | 150   | 5,27              | 8,09       | 21,29            | 179,96                                        | 0,68                  |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сыр костромской)                                                                                          | 45    | 4,75              | 7,38       | 15,10            | 146,41                                        | 0,03                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                 | 150   | 0,09              | 0,00       | 5,70             | 23,15                                         | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 345   | 10,11             | 15,47      | 42,09            | 349,52                                        | 0,73                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                 | 101   | 0,40              | 0,40       | 9,86             | 47,28                                         | 10,06                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 101   | 0,40              | 0,40       | 9,86             | 47,28                                         | 10,06                 |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ<br>(картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист) | 150   | 2,14              | 1,71       | 15,05            | 84,37                                         | 4,07                  |
| 2012                          | 311                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ С РИСОМ<br>(куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, лук репчатый, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, чеснок)           | 55    | 14,55             | 16,50      | 9,44             | 244,41                                        | 1,06                  |
| 2012                          | 52                  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>(кабачки, лук репчатый, морковь, томаты грунтовые, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, чеснок)                                                          | 80    | 0,90              | 4,36       | 4,78             | 62,77                                         | 18,46                 |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная)                                                                                                                        | 150   | 0,12              | 0,12       | 8,28             | 35,30                                         | 1,16                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                           | 50    | 3,82              | 0,31       | 25,09            | 118,41                                        | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                       | 30    | 1,99              | 0,26       | 12,72            | 61,19                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 515   | 23,52             | 23,26      | 75,36            | 606,45                                        | 24,75                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 215                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ<br>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)                                                                            | 65    | 6,21              | 10,15      | 1,21             | 121,25                                        | 0,10                  |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ<br>(томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое)                                                                                        | 35    | 0,34              | 2,81       | 1,25             | 32,09                                         | 2,21                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                     | 150   | 0,75              | 0,15       | 14,85            | 64,50                                         | 3,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                           | 30    | 2,29              | 0,19       | 15,05            | 71,05                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 280   | 9,59              | 13,30      | 32,36            | 288,89                                        | 5,31                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       | 43,62             | 52,43      | 159,67           | 1 292,14                                      | 40,85                 |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**16 июля 2025 г.**  
**Сад 10,5**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                 | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНО<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, пшено)                                                                      | 200   | 6,23              | 8,12       | 24,98            | 198,77                                        | 0,78                  |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сыр костромской)                                                                                          | 45    | 4,82              | 6,87       | 15,09            | 141,92                                        | 0,03                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                 | 180   | 0,10              | 0,00       | 6,06             | 24,63                                         | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 425   | 11,15             | 14,99      | 46,13            | 365,32                                        | 0,83                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                 | 100   | 0,40              | 0,40       | 9,81             | 47,03                                         | 10,01                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 100   | 0,40              | 0,40       | 9,81             | 47,03                                         | 10,01                 |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ<br>(картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист) | 200   | 2,91              | 4,25       | 20,49            | 132,29                                        | 5,40                  |
| 2012                          | 311                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ С РИСОМ<br>(куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, лук репчатый, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, чеснок)           | 75    | 17,78             | 20,54      | 12,47            | 305,66                                        | 1,25                  |
| 2012                          | 52                  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>(кабачки, лук репчатый, морковь, томаты грунтовые, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, чеснок)                                                          | 95    | 0,99              | 4,84       | 5,30             | 69,54                                         | 20,97                 |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная)                                                                                                                        | 180   | 0,14              | 0,14       | 9,21             | 39,47                                         | 1,41                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                           | 50    | 3,82              | 0,31       | 25,09            | 118,41                                        | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                       | 30    | 1,99              | 0,26       | 12,72            | 61,19                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 630   | 27,63             | 30,34      | 85,28            | 726,56                                        | 29,03                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 215                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ<br>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)                                                                            | 85    | 8,13              | 14,45      | 1,55             | 168,84                                        | 0,12                  |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ<br>(томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое)                                                                                        | 50    | 0,47              | 3,64       | 1,83             | 42,53                                         | 3,17                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                     | 150   | 0,75              | 0,15       | 14,85            | 64,50                                         | 3,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                           | 30    | 2,29              | 0,19       | 15,05            | 71,05                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    | 315   | 11,64             | 18,43      | 33,28            | 346,92                                        | 6,29                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                    |       | 50,82             | 64,16      | 174,50           | 1 485,83                                      | 46,16                 |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**16 июля 2025 г.**  
**Сад 12**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                  | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНО<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, пшено)                                                                       | 200   | 6,28              | 8,13       | 25,87            | 202,62                                        | 0,78                  |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сыр костромской)                                                                                           | 45    | 4,75              | 6,80       | 15,09            | 141,07                                        | 0,03                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                  | 180   | 0,10              | 0,00       | 6,65             | 27,00                                         | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 425   | 11,13             | 14,93      | 47,61            | 370,69                                        | 0,83                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(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                          | 82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ<br>(картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист) | 200   | 2,85              | 3,65       | 20,01            | 124,66                                        | 5,38                  |
| 2012                          | 311                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ С РИСОМ<br>(куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, чеснок)           | 75    | 17,56             | 19,76      | 12,31            | 297,08                                        | 1,29                  |
| 2012                          | 52                  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>(кабачки, лук репчатый, морковь, томаты грунтовые, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)                                                          | 95    | 1,05              | 5,11       | 5,57             | 73,16                                         | 21,56                 |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная)                                                                                                                         | 180   | 0,14              | 0,14       | 9,80             | 41,84                                         | 1,41                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                            | 50    | 3,82              | 0,31       | 25,09            | 118,41                                        | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                        | 30    | 1,99              | 0,26       | 12,72            | 61,19                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 630   | 27,41             | 29,23      | 85,50            | 716,34                                        | 29,64                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 215                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ<br>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)                                                                             | 85    | 8,15              | 13,97      | 1,57             | 164,62                                        | 0,12                  |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ<br>(томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)                                                                                        | 55    | 0,49              | 3,30       | 1,85             | 39,73                                         | 3,30                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                      | 150   | 0,75              | 0,15       | 14,85            | 64,50                                         | 3,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                            | 30    | 2,29              | 0,19       | 15,05            | 71,05                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ПРЯНИКИ<br>(пряники заварные)                                                                                                                                                                                       | 35    | 2,07              | 1,65       | 26,25            | 128,10                                        | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 355   | 13,75             | 19,26      | 59,57            | 468,00                                        | 6,42                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       | 52,69             | 63,82      | 202,46           | 1 601,92                                      | 46,87                 |