

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 июля 2025 г.
Ясли 10,5

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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%)	150	5,16	7,32	19,62	165,85	0,68
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	0,07	0,00	4,98	20,16	0,01
Итого			335	7,55	11,64	39,69	294,46	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	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕЧЕВИЦЕЙ (чечевица, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	150	4,30	3,60	12,80	100,92	2,97
2008	297	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (говядина б/к, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, морковь, лук репчатый, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная)	50	9,85	10,14	14,89	190,25	0,50
2012	52	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, морковь, томаты грунтовые, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	105	1,11	3,51	6,05	61,23	21,50
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			535	21,07	17,82	76,39	551,35	24,97
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, ванилин, повидло)	90	1,56	3,49	16,96	105,06	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,82	3,15	11,76	91,58	0,68
Итого			240	5,38	6,64	28,72	196,64	0,70
Всего				34,40	36,50	154,58	1 089,34	36,34

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 июля 2025 г.
Сад 10,5

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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	6,25	7,99	24,74	196,80	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	4,45	15,09	109,65	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,15	24,96	0,02
Итого			415	8,67	12,44	45,98	331,41	0,80
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕЧЕВИЦЕЙ (чечевица, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	5,80	4,23	17,21	130,52	3,95
2008	297	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (говядина б/к, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, морковь, лук репчатый, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная)	65	12,83	12,83	19,37	244,52	0,71
2012	52	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, морковь, томаты грунтовые, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	125	1,27	5,02	6,93	79,07	25,85
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,94	23,72	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			650	25,71	22,65	87,26	657,43	30,51
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, ванилин, повидло)	105	1,76	4,69	23,07	140,91	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,51	3,64	14,43	109,50	0,78
Итого			285	6,27	8,33	37,50	250,41	0,81
Всего				41,05	43,82	180,54	1 286,23	42,12

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 июля 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	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	6,30	8,44	24,67	200,83	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	4,90	15,10	113,79	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,11	0,00	5,76	23,50	0,02
Итого			415	8,73	13,34	45,53	338,12	0,80
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (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	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕЧЕВИЦЕЙ (чечевица, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	5,72	4,63	17,00	132,89	3,92
2008	297	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (говядина б/к, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, морковь, лук репчатый, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная)	65	12,53	12,95	18,83	242,12	0,69
2012	52	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, морковь, томаты грунтовые, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	125	1,30	4,49	7,09	75,13	25,81
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,53	22,12	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			650	25,36	22,64	86,26	651,86	30,42
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, ванилин, повидло)	105	1,93	5,32	21,69	141,93	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,50	3,64	13,99	107,78	0,78
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНО С ФРУКТАМИ (пшено, виноград сушеный (изюм), яблоки, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, вода питьевая)	100	3,47	4,28	27,60	163,20	0,55
Итого			385	9,90	13,24	63,28	412,91	1,35
Всего				44,39	49,62	204,93	1 450,17	42,63