

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ

29 июля 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	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%)	150	5,09	8,09	21,49	179,52	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	5,14	15,10	115,93	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02
Итого			335	7,49	13,23	42,56	319,63	0,70
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,83	47,17	10,04
Итого			100	0,40	0,40	9,83	47,17	10,04
Обед								
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)	150	2,11	4,98	14,55	111,82	6,18
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)	65	9,77	5,33	6,96	114,85	0,44
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)	65	0,86	2,87	3,87	45,23	1,59
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	110	2,16	3,63	17,49	111,48	8,83
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	40	0,32	0,04	0,99	5,54	3,96
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная)	150	0,12	0,12	8,65	36,86	1,20
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	21,15	17,54	90,32	605,38	22,20
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, ванилин, повидло)	100	1,72	4,19	19,41	122,22	0,02
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	4,13	3,44	12,05	96,92	0,68
Итого			250	5,85	7,63	31,46	219,14	0,70
Всего				34,89	38,80	174,17	1 191,32	33,64

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ

29 июля 2025 г.

Сад 10,5

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
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	6,06	7,96	25,18	197,04	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	4,47	15,09	109,83	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	5,94	24,18	0,02
Итого			415	8,48	12,43	46,21	331,05	0,80
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,81	47,04	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,04	10,01
Обед								
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	2,47	4,96	15,74	118,08	7,77
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	10,85	5,06	6,82	116,56	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	1,01	2,69	4,65	47,45	1,64
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	130	2,55	4,65	20,59	134,72	10,40
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	60	0,48	0,06	1,50	8,42	6,01
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженая)	180	0,14	0,14	9,08	38,97	1,41
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			810	23,31	18,13	96,19	643,80	27,69
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, ванилин, повидло)	115	1,21	4,59	23,88	141,65	0,03
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,66	3,91	12,89	106,69	0,78
Итого			295	5,87	8,50	36,77	248,34	0,81
Всего				38,06	39,46	188,98	1 270,23	39,31

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 июля 2025 г.

Сад 12

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- сцен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
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	6,10	8,39	25,28	201,42	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	8,53	13,29	46,14	338,71	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	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	2,55	5,25	16,76	125,06	7,84
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	10,97	5,41	6,55	118,97	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	0,98	2,71	4,49	46,73	1,54
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	130	2,56	5,07	20,65	138,77	10,42
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	59	0,48	0,06	1,48	8,31	5,94
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженая)	180	0,14	0,14	8,88	38,16	1,41
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			809	23,49	19,21	96,62	655,60	27,61
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, ванилин, повидло)	120	1,57	5,32	23,80	149,37	0,03
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,56	3,84	12,66	104,70	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	5,56	6,02	29,26	193,26	0,00
Итого			400	11,69	15,18	65,72	447,33	0,81
Всего				44,11	48,08	218,34	1 488,92	39,28