

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 августа 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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)</small>	150	4,42	7,46	18,66	160,16	0,59
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ <small>(сыр костромской, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	45	4,83	7,46	15,10	147,42	0,07
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,09	0,00	5,70	23,15	0,02
Итого			345	9,34	14,92	39,46	330,73	0,68
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО <small>(яблоки)</small>	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	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ <small>(картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))</small>	150	1,83	1,69	16,27	87,88	4,01
2012	277	ПТИЦА ТУШЕННАЯ <small>(грудка цып-бр охл., лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, чеснок)</small>	90	16,75	18,97	2,45	158,49	1,10
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа ячневая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)</small>	110	3,45	3,88	22,47	138,46	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(помидоры свежие)</small>	41	0,45	0,08	1,56	9,84	10,25
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ <small>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженая)</small>	150	0,12	0,12	8,28	35,30	1,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			621	28,41	25,31	88,84	609,57	16,52
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)</small>	65	6,21	10,15	1,21	121,25	0,10
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ <small>(помидоры свежие, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)</small>	35	0,33	2,81	1,24	32,06	2,24
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,09	0,00	5,70	23,15	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			280	8,92	13,15	23,20	247,51	2,36
Всего				47,07	53,78	161,36	1 235,09	29,62

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 августа 2025 г.
Сад 10,5

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)</small>	200	5,98	8,03	24,08	193,61	0,78
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ <small>(сыр костромской, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	45	4,83	7,07	15,09	143,86	0,07
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,10	0,00	6,20	25,22	0,02
Итого			425	10,91	15,10	45,37	362,69	0,87
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО <small>(яблоки)</small>	100	0,40	0,40	9,82	47,09	10,02
Итого			100	0,40	0,40	9,82	47,09	10,02
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ <small>(картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))</small>	200	2,32	2,71	20,57	116,07	5,33
2012	277	ПТИЦА ТУШЕННАЯ <small>(грудка цып-бр охл., лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, чеснок)</small>	125	21,73	25,37	3,50	214,05	1,39
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа ячневая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)</small>	130	4,06	4,71	26,36	163,95	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(помидоры свежие)</small>	58	0,64	0,12	2,20	13,92	14,50
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ <small>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженая)</small>	180	0,14	0,14	9,34	40,00	1,41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			773	34,70	33,62	99,78	727,59	22,63
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)</small>	85	8,01	14,42	1,55	168,10	0,12
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ <small>(помидоры свежие, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)</small>	50	0,47	3,78	1,83	43,76	3,31
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,10	0,00	6,20	25,22	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			345	10,87	18,39	24,63	308,13	3,45
Всего				56,88	67,51	179,60	1 445,50	36,97

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 августа 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	5,85	7,84	22,12	183,38	0,78
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыр костромской, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	45	4,83	6,88	15,09	142,08	0,07
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			425	10,78	14,72	42,25	346,01	0,87
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	99	0,40	0,40	9,71	46,55	9,90
Итого			99	0,40	0,40	9,71	46,55	9,90
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	2,39	2,84	21,35	120,65	5,30
2012	277	ПТИЦА ТУШЕННАЯ (грудка цып-бр охл., лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, чеснок)	125	21,87	25,40	3,85	216,24	1,46
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	4,11	4,54	26,73	164,02	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	57	0,63	0,11	2,16	13,66	14,23
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженая)	180	0,14	0,14	8,19	35,39	1,41
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			772	34,95	33,60	100,09	729,56	22,40
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	85	8,13	15,29	1,54	176,29	0,12
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (помидоры свежие, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,47	2,51	1,76	32,04	3,28
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			365	12,49	19,95	38,27	383,33	3,42
Всего				58,62	68,67	190,32	1 505,45	36,59