

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 августа 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 ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,97	7,16	19,31	162,36	0,64
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,45	4,33	15,93	112,39	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,07	0,00	4,98	20,16	0,01
Итого			335	7,49	11,49	40,22	294,91	0,65
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	78	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВОЩАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, петрушка (зелень), масло подсолнечное рафинированое, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	150	1,74	4,92	10,04	91,69	4,91
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка цып-бр охл., масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная, чеснок)	170	18,91	21,66	26,96	288,76	1,07
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	69	0,76	0,14	2,63	16,63	17,33
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженая)	150	0,12	0,12	7,62	32,73	1,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	53	4,07	0,33	26,76	126,30	0,00
Итого			625	27,81	27,46	88,14	624,10	24,48
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (помидоры свежие, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,37	1,68	1,38	22,53	2,63
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	138	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	2,42	0,20	15,89	74,99	0,00
Итого			250	8,50	6,52	32,39	223,31	5,63
Всего				44,20	45,87	170,53	1 189,21	40,74

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 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								
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	6,00	7,66	23,97	189,67	0,74
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,45	4,33	15,93	112,39	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
Итого			415	8,55	11,99	45,75	325,83	0,76
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Обед								
2012	78	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВОЩАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, петрушка (зелень), масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	200	2,32	6,01	13,66	118,25	6,73
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка цып-бр охл., масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная, чеснок)	210	23,61	25,88	33,14	347,76	1,35
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	70	0,77	0,14	2,67	16,83	17,53
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженая)	180	0,14	0,14	9,00	38,61	1,41
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	53	4,07	0,33	26,76	126,30	0,00
Итого			746	33,12	32,79	99,36	715,74	27,02
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (помидоры свежие, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,57	3,73	2,15	45,18	4,02
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	138	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	2,42	0,20	15,89	74,99	0,00
Итого			270	8,70	8,57	33,16	245,96	7,02
Всего				50,77	53,75	188,08	1 334,59	44,81

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 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								
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	6,05	7,67	25,04	194,21	0,74
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,45	4,33	15,93	112,39	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,65	27,00	0,02
Итого			415	8,60	12,00	47,62	333,60	0,76
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	78	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВОЩАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, петрушка (зелень), масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	200	2,35	5,26	13,82	112,35	6,81
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка цып-бр охл., масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная, чеснок)	210	23,47	25,74	33,16	346,72	1,35
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	69	0,76	0,14	2,63	16,63	17,33
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженая)	180	0,14	0,14	9,80	41,84	1,41
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	53	4,07	0,33	26,76	126,30	0,00
Итого			745	33,00	31,90	100,30	711,83	26,90
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (помидоры свежие, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,56	3,32	2,12	41,41	4,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	138	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	2,42	0,20	15,89	74,99	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			290	10,19	10,12	48,01	325,59	7,00
Всего				52,19	54,42	205,71	1 417,91	44,64