

Утверждаю

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

## МЕНЮ

22 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт., соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сыр костромской)	150	9,47	9,43	35,61	266,18	0,04
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
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>11,87</b>	<b>14,57</b>	<b>56,68</b>	<b>406,29</b>	<b>0,06</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ)	150	6,22	4,55	18,34	141,24	6,34
2012	277	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, сметана 15% жирности, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	90	9,73	12,49	6,00	175,64	1,03
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	110	3,23	3,58	23,15	137,92	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	49	0,40	0,05	1,24	6,93	4,95
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	5,81	23,22	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
<b>Итого</b>			<b>629</b>	<b>25,39</b>	<b>21,24</b>	<b>92,35</b>	<b>664,55</b>	<b>12,32</b>
<b>Полдник</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	5,36	8,79	20,30	182,64	0,68
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт.)	20	1,46	1,90	14,43	80,90	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
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>6,90</b>	<b>10,69</b>	<b>40,70</b>	<b>287,72</b>	<b>0,70</b>
<b>Всего</b>				<b>44,91</b>	<b>46,65</b>	<b>204,88</b>	<b>1 423,06</b>	<b>16,08</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

22 сентября 2025 г.

### Сад 10,5

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт., соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сыр костромской)	200	12,37	9,86	47,91	330,99	0,06
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)	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>14,79</b>	<b>14,18</b>	<b>69,01</b>	<b>463,86</b>	<b>0,08</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ)	200	7,42	4,67	22,29	163,59	7,00
2012	277	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, сметана 15% жирности, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	120	12,58	16,72	5,86	224,34	1,08
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	3,60	4,44	25,74	157,28	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	70	0,56	0,07	1,75	9,80	7,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,81	23,22	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
<b>Итого</b>			<b>780</b>	<b>29,97</b>	<b>26,47</b>	<b>99,26</b>	<b>757,83</b>	<b>15,08</b>
<b>Полдник</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,39	8,74	23,62	199,53	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт.)	20	1,46	1,90	14,43	80,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>7,95</b>	<b>10,64</b>	<b>44,06</b>	<b>304,85</b>	<b>0,80</b>
<b>Всего</b>				<b>53,46</b>	<b>51,44</b>	<b>227,48</b>	<b>1 591,04</b>	<b>18,96</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**22 сентября 2025 г.**

**Сад 12**

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт., соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сыр костромской)	200	12,37	9,86	47,91	330,99	0,06
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)	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>14,79</b>	<b>14,18</b>	<b>69,01</b>	<b>463,86</b>	<b>0,08</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ)	200	7,45	4,68	22,35	163,95	7,57
2012	277	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, сметана 15% жирности, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	120	12,60	16,60	5,99	223,92	1,09
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	3,60	4,44	25,74	157,28	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	70	0,56	0,07	1,76	9,84	7,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,81	23,22	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
<b>Итого</b>			<b>780</b>	<b>30,02</b>	<b>26,36</b>	<b>99,46</b>	<b>757,81</b>	<b>15,69</b>
<b>Полдник</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,39	8,74	23,62	199,53	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт.)	20	1,46	1,90	14,43	80,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>12,91</b>	<b>15,13</b>	<b>44,33</b>	<b>366,14</b>	<b>0,80</b>
<b>Всего</b>			<b>58,47</b>	<b>55,82</b>	<b>227,95</b>	<b>1 652,31</b>	<b>19,57</b>	