

Утверждаю

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

/Максимова В.А./

МЕНЮ
2 октября 2025 г.

Ясли 10,5

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		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,50	6,96	16,63	147,61	0,55
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,00	5,00	20,25	0,02
Итого			335	6,90	11,28	36,72	276,31	0,57
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕЧЕВИЦЕЙ (ГОРОХ) (чечевица, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	150	4,37	1,58	13,09	84,33	3,78
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)	60	15,47	14,61	10,86	236,69	0,54
2012	52	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, морковь, помидоры свежие, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	140	1,32	2,81	7,55	62,02	28,12
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,16	0,16	8,60	37,40	1,58
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			580	27,13	19,73	77,91	600,04	34,02
Полдник								
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	5,21	7,33	19,89	167,17	0,68
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,00	5,00	20,25	0,02
Итого			320	6,79	9,29	39,77	270,82	0,70
Всего				41,57	40,45	169,25	1 211,67	38,29

Утверждаю

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

/Максимова В.А./

МЕНЮ
2 октября 2025 г.

Сад 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 ГРЕЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,42	8,22	22,63	190,98	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	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	5,95	24,18	0,02
Итого			415	8,84	12,54	43,67	323,61	0,80
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕЧЕВИЦЕЙ (ГОРОХ) (чечевица, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	5,82	3,37	17,24	122,89	4,85
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)	80	20,02	19,48	14,78	314,48	0,71
2012	52	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, морковь, помидоры свежие, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	165	1,55	3,80	8,93	77,40	32,74
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,19	0,19	10,52	45,86	2,01
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			705	33,39	27,41	89,28	740,23	40,31
Полдник								
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	6,24	7,87	24,49	194,60	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	5,95	24,18	0,02
Итого			400	7,84	9,83	45,32	302,18	0,80
Всего			50,82	49,93	193,12	1 430,52	44,91	

Утверждаю

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

МЕНЮ
2 октября 2025 г.

Сад 12

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,40	8,64	22,14	192,96	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	4,77	15,09	112,61	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,11	0,00	5,59	22,84	0,02
Итого			415	8,83	13,41	42,82	328,41	0,80
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕЧЕВИЦЕЙ (ГОРОХ) (чечевица, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	5,77	3,71	17,09	125,21	4,57
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)	80	20,12	19,89	14,51	317,47	0,73
2012	52	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, морковь, помидоры свежие, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	165	1,55	3,70	8,97	76,70	32,90
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,19	0,19	10,11	44,24	2,00
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			705	33,44	28,06	88,49	743,22	40,20
Полдник								
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	6,21	8,30	23,98	196,54	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,11	0,00	5,59	22,84	0,02
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			500	8,22	10,66	54,23	349,67	10,78
Всего			51,24	52,28	200,39	1 485,80	54,78	