

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 октября 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 МАННОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	5,11	6,72	21,40	166,90	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	4,90	15,10	113,79	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,11	0,00	7,17	29,52	0,43
Итого			335	7,54	11,62	43,67	310,21	1,11
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
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	2,03	3,83	13,72	97,68	6,64
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай , хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	60	9,30	3,92	5,75	95,77	0,39
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)	55	0,55	2,26	2,48	32,71	0,70
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	110	2,49	3,92	20,19	126,33	10,20
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
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
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная)	150	0,11	0,11	8,04	34,16	1,06
Итого			655	20,69	14,66	88,84	572,75	21,49
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, ванилин)	95	2,39	4,31	20,14	128,99	0,06
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	4,00	3,35	11,73	94,22	0,68
Итого			245	6,39	7,66	31,87	223,21	0,74
Всего				36,12	34,44	185,38	1 202,17	33,34

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,01	7,80	25,13	195,03	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 ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,14	0,00	10,02	41,48	0,79
Итого			415	8,47	12,12	50,24	344,96	1,57
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	100	1,50	0,50	21,01	96,03	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,01	96,03	10,00
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	2,48	5,01	15,73	117,96	7,53
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай , хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	80	10,96	5,01	7,61	119,56	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)	75	0,82	2,66	3,91	42,97	0,88
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	130	2,94	4,59	23,76	148,32	12,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
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
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная)	180	0,14	0,14	9,06	38,87	1,41
Итого			795	23,55	18,03	98,73	653,78	24,78
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, ванилин)	110	3,32	7,00	29,85	195,63	0,12
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	4,66	3,91	12,95	106,92	0,78
Итого			290	7,98	10,91	42,80	302,55	0,90
Всего				41,50	41,56	212,78	1 397,32	37,25

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ**14 октября 2025 г.****Сад 12**

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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,03	8,16	25,60	200,33	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	4,69	15,09	111,85	0,00
2012	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,15	0,00	10,05	41,63	0,80
Итого			415	8,50	12,85	50,74	353,81	1,58
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	100	1,50	0,50	20,98	95,91	9,99
Итого			100	1,50	0,50	20,98	95,91	9,99
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	2,48	4,71	15,88	116,07	7,54
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай , хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	80	10,84	4,57	7,42	114,34	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)	75	0,79	3,03	3,71	45,41	0,85
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	130	2,94	4,95	23,76	151,62	12,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленные)	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
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
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная)	180	0,14	0,14	9,51	40,67	1,41
Итого			795	23,40	18,02	98,94	654,21	24,76
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, ванилин)	110	3,32	7,36	30,13	200,05	0,12
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	4,62	3,88	13,29	107,81	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	5,63	4,37	28,97	177,57	0,00
Итого			390	13,57	15,61	72,39	485,43	0,90
Всего				46,97	46,98	243,05	1 589,36	37,23