

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**7 ноября 2025 г.**  
**Ясли 10,5**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                  | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)                                              | 150   | 5,20              | 6,32       | 19,88            | 158,10                                        | 0,68                  |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(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<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                  | 150   | 0,08              | 0,00       | 5,00             | 20,25                                         | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 335   | 7,60              | 10,64      | 39,97            | 286,80                                        | 0,70                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(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                          | 66                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ<br>(капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), картофель, лавровый лист)        | 150   | 2,05              | 6,01       | 10,94            | 106,75                                        | 11,94                 |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ<br>(грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, чеснок)                                                                          | 200   | 20,00             | 22,82      | 21,73            | 277,55                                        | 11,56                 |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО<br>КОНСЕРВИРОВАННОГО<br>(горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое, петрушка (зелень))                                                                                  | 40    | 1,10              | 2,50       | 2,30             | 35,99                                         | 1,46                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                     | 150   | 0,00              | 0,00       | 4,84             | 19,35                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                        | 31    | 2,07              | 0,28       | 13,25            | 63,74                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                            | 58    | 4,39              | 0,36       | 28,85            | 136,17                                        | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 629   | 29,61             | 31,97      | 81,91            | 639,55                                        | 24,96                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 483                 | БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ<br>(мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 9% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин) | 55    | 7,37              | 6,30       | 41,87            | 253,22                                        | 0,10                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                        | 150   | 3,95              | 3,33       | 11,02            | 90,94                                         | 0,68                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 205   | 11,32             | 9,63       | 52,89            | 344,16                                        | 0,78                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       | 48,93             | 52,64      | 184,58           | 1 317,57                                      | 36,45                 |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**7 ноября 2025 г.**  
**Сад 10,5**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                  | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ<br>(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       | 24,57            | 194,94                                        | 0,78                  |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(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<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                  | 180   | 0,10              | 0,00       | 6,01             | 24,42                                         | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 415   | 8,66              | 12,19      | 45,67            | 327,81                                        | 0,80                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                  | 100   | 0,40              | 0,40       | 9,80             | 47,01                                         | 10,00                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 100   | 0,40              | 0,40       | 9,80             | 47,01                                         | 10,00                 |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 66                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ<br>(капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), картофель, лавровый лист)        | 200   | 2,72              | 6,79       | 14,68            | 131,66                                        | 15,91                 |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ<br>(грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, чеснок)                                                                          | 220   | 20,40             | 23,17      | 22,30            | 282,63                                        | 11,89                 |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО<br>КОНСЕРВИРОВАННОГО<br>(горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое, петрушка (зелень))                                                                                   | 60    | 1,58              | 3,26       | 3,33             | 48,80                                         | 2,11                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                     | 180   | 0,00              | 0,00       | 5,81             | 23,22                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                        | 31    | 2,07              | 0,28       | 13,25            | 63,74                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                            | 58    | 4,39              | 0,36       | 28,85            | 136,17                                        | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 749   | 31,16             | 33,86      | 88,22            | 686,22                                        | 29,91                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 483                 | БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ<br>(мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 9% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин) | 50    | 6,54              | 5,62       | 41,41            | 241,89                                        | 0,10                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                        | 180   | 4,69              | 3,93       | 12,98            | 107,40                                        | 0,78                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 230   | 11,23             | 9,55       | 54,39            | 349,29                                        | 0,88                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       | 51,45             | 56,00      | 198,08           | 1 410,33                                      | 41,59                 |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**7 ноября 2025 г.**  
**Сад 12**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                  | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)                                              | 200   | 6,32              | 7,88       | 25,29            | 198,29                                        | 0,78                  |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(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<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                  | 180   | 0,20              | 0,10       | 14,63            | 58,50                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 415   | 8,84              | 12,30      | 55,01            | 365,24                                        | 0,78                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(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                          | 66                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ<br>(капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), картофель, лавровый лист)        | 200   | 2,73              | 6,46       | 14,70            | 128,83                                        | 15,95                 |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ<br>(грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, чеснок)                                                                          | 220   | 16,93             | 19,67      | 22,27            | 256,24                                        | 11,73                 |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО<br>(горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое, петрушка (зелень))                                                                                      | 60    | 1,64              | 2,54       | 3,43             | 42,94                                         | 2,18                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                     | 180   | 0,00              | 0,00       | 6,05             | 24,19                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                        | 31    | 2,07              | 0,28       | 13,25            | 63,74                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                            | 58    | 4,39              | 0,36       | 28,85            | 136,17                                        | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 749   | 27,76             | 29,31      | 88,55            | 652,11                                        | 29,86                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 483                 | БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ<br>(мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 9% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин) | 55    | 7,37              | 6,30       | 41,87            | 253,22                                        | 0,10                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                        | 180   | 3,68              | 3,04       | 15,05            | 103,33                                        | 0,57                  |
| 2012                          | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)                                                             | 150   | 4,60              | 6,29       | 20,69            | 158,62                                        | 0,68                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     | 385   | 15,65             | 15,63      | 77,61            | 515,17                                        | 1,35                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                     |       | 52,65             | 57,64      | 230,98           | 1 579,58                                      | 42,00                 |