

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 ноября 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								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	150	5,53	5,46	29,81	190,07	0,00
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	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,97	3,21	12,31	94,96	0,69
Итого			335	11,82	12,99	57,21	393,48	0,69
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	152	0,76	0,15	15,40	65,58	3,05
Итого			152	0,76	0,15	15,40	65,58	3,05
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ЧЕЧЕВИЦА) (чечевица, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	150	4,53	2,84	13,96	99,54	4,87
2012	292	МАКАРОННИК С МЯСОМ (говядина б/к, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, макаронные изделия высш.сорт, лук репчатый, яйца куриные (шт.), морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	150	15,10	13,64	32,73	313,83	0,59
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	45	0,81	2,49	6,44	52,04	1,96
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,16	0,16	8,60	37,40	1,58
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)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
Итого			580	26,79	19,73	102,05	694,25	9,00
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	5,54	8,12	20,04	176,25	0,69
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (печене овсяное)	40	2,21	3,10	27,16	146,28	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,13	0,00	7,56	31,22	0,50
Итого			340	7,88	11,22	54,76	353,75	1,19
Всего				47,25	44,09	229,42	1 507,06	13,93

Утверждаю

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

/Максимова В.А./

МЕНЮ
10 ноября 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								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	6,98	5,82	37,27	229,04	0,00
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	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,60	3,71	14,42	110,43	0,80
Итого			415	13,90	13,85	66,78	447,92	0,80
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	152	0,76	0,15	15,40	65,58	3,05
Итого			152	0,76	0,15	15,40	65,58	3,05
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ЧЕЧЕВИЦА) (чечевица, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	5,94	4,44	18,16	136,61	5,30
2012	292	МАКАРОННИК С МЯСОМ (говядина б/к, лук репчатый, морковь, макаронные изделия высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, чеснок)	185	18,08	16,58	39,17	378,15	0,54
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	60	1,22	2,95	6,45	58,55	3,03
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,19	0,19	10,53	45,91	2,01
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)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
Итого			710	31,62	24,76	114,63	810,66	10,88
Полдник								
2012	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,47	8,80	23,69	200,70	0,80
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (печенье овсяное)	40	2,28	3,20	28,00	150,80	0,00
2012	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,14	0,00	10,02	41,48	0,78
Итого			420	8,89	12,00	61,71	392,98	1,58
Всего			55,17	50,76	258,52	1 717,14	16,31	

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 ноября 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								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	6,96	6,18	37,61	233,61	0,00
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	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,57	3,71	14,69	111,40	0,80
Итого			415	13,85	14,58	67,39	456,86	0,80
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	152	0,76	0,15	15,40	65,58	3,05
Итого			152	0,76	0,15	15,40	65,58	3,05
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ЧЕЧЕВИЦА) (чечевица, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	5,90	4,04	18,10	132,59	5,47
2012	292	МАКАРОННИК С МЯСОМ (говядина б/к, лук репчатый, морковь, макаронные изделия высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, чеснок)	185	18,03	15,92	39,45	373,25	0,54
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	60	1,25	2,71	6,99	58,68	3,15
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,19	0,19	10,95	47,61	2,02
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)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
Итого			710	31,56	23,46	115,81	803,57	11,18
Полдник								
2012	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,50	9,18	24,21	206,29	0,80
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (печенье овсяное)	40	2,28	3,20	28,00	150,80	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
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНИЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Итого			460	14,03	16,98	62,56	461,72	1,60
Всего			60,20	55,17	261,16	1 787,73	16,63	