

Утверждаю

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

МЕНЮ
13 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,93	7,16	23,68	183,86	0,78
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	3,63	15,08	102,22	0,00
2012	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,12	0,00	6,05	25,12	0,41
Итого			415	8,36	10,79	44,81	311,20	1,19
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	149	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			149	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	2,35	2,88	20,73	118,44	5,59
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) (говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), чеснок)	75	14,28	13,69	6,37	205,60	0,37
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, петрушка (зелень), томатная паста, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок, соль йодированная)	80	0,78	4,84	4,71	66,01	2,04
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	4,43	3,83	26,11	156,60	0,00
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,86	3,67	5,12	57,35	2,60
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,19	0,19	10,55	46,01	2,01
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	26	1,71	0,23	10,95	52,69	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	38	2,92	0,24	19,24	90,78	0,00
Итого			789	27,52	29,57	103,78	793,48	12,61
Полдник								
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	7,53	22,65	184,87	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	5,98	24,32	0,02
Итого			400	7,96	9,43	43,06	290,09	0,80
Всего				44,59	49,94	206,50	1 459,27	17,60

Утверждаю

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

МЕНЮ
13 ноября 2025 г.
Сад 12

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	5,91	7,16	23,46	182,84	0,78
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	3,63	15,08	102,22	0,00
2012	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,12	0,00	5,93	24,59	0,42
Итого			415	8,34	10,79	44,47	309,65	1,20
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	149	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			149	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	2,37	2,83	20,87	118,60	5,80
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) (говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), чеснок)	75	14,19	14,15	6,10	208,14	0,37
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	4,43	3,83	26,11	156,60	0,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, петрушка (зелень), томатная паста, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок, соль йодированная)	80	0,78	4,76	4,64	65,03	2,34
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,87	3,35	5,17	54,71	2,62
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,19	0,19	10,46	45,64	2,02
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	26	1,71	0,23	10,95	52,69	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	38	2,92	0,24	19,24	90,78	0,00
Итого			789	27,46	29,58	103,54	792,19	13,15
Полдник								
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	6,44	7,54	22,68	185,15	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	5,85	23,77	0,02
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,30	0,00
Итого			440	12,96	13,93	43,23	351,12	0,80
Всего				49,51	54,45	206,09	1 517,46	18,15