

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**14 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа ячневая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,81	8,33	28,99	219,14	0,86
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,32	4,38	15,09	109,01	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,12	0,00	7,48	30,36	0,02
Итого			415	9,25	12,71	51,56	358,51	0,88
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	107	0,43	0,43	10,53	50,51	10,75
Итого			107	0,43	0,43	10,53	50,51	10,75
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	3,36	5,19	23,17	153,36	6,85
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка цып-бр охл , масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная, чеснок)	210	23,70	25,97	33,64	350,84	1,41
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,85	2,95	5,01	49,96	2,35
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,78	23,11	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	64	4,92	0,40	32,34	152,62	0,00
Итого			754	35,48	34,86	116,90	811,47	10,61
Полдник								
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, ванилин, молоко пастер. 2,5% жирности)	50	6,39	5,52	41,50	241,17	0,12
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,93	3,99	14,98	116,66	0,86
Итого			230	11,32	9,51	56,48	357,83	0,98
Всего				56,48	57,51	235,47	1 578,32	23,22

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**14 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа ячневая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,79	8,71	28,10	219,04	0,86
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	0,13	0,00	6,72	27,40	0,03
Итого			415	9,24	13,48	49,91	359,05	0,89
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	108	0,43	0,43	10,54	50,57	10,76
Итого			108	0,43	0,43	10,54	50,57	10,76
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	3,38	5,44	23,44	156,90	6,71
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка цып-бр охл , масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная, чеснок)	210	23,69	26,38	34,01	356,29	1,42
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,85	3,29	5,01	52,96	2,35
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,37	21,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	64	4,92	0,40	32,34	152,62	0,00
Итого			754	35,49	35,86	117,13	821,85	10,48
Полдник								
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, ванилин, молоко пастер. 2,5% жирности)	55	7,25	6,62	41,19	253,45	0,12
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,96	3,99	14,76	115,91	0,86
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)	150	5,36	7,19	20,44	168,89	0,74
Итого			385	17,57	17,80	76,39	538,25	1,72
Всего				62,73	67,57	253,97	1 769,72	23,85