

Утверждаю

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

/Максимова В.А./

МЕНЮ
21 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 КРУГОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,14	7,79	24,51	193,58	0,76
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,08	24,69	0,02
Итого			415	8,56	12,11	45,68	326,72	0,78
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), картофель, лавровый лист)	200	2,66	6,45	14,24	126,64	16,11
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	230	23,78	26,64	21,57	421,08	11,59
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	60	1,64	3,40	3,45	50,81	2,39
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,88	23,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,54	0,34	16,25	78,18	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	57	4,32	0,35	28,44	134,20	0,00
Итого			765	34,94	37,18	89,83	834,40	30,09
Полдник								
2012	483	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ (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	6,51	5,56	41,53	241,85	0,10
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	175	4,59	3,84	12,90	105,82	0,76
Итого			225	11,10	9,40	54,43	347,67	0,86
Всего			55,00	59,09	199,74	1 555,78	41,73	

Утверждаю

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

/Максимова В.А./

МЕНЮ
21 ноября 2025 г.

Сад 12

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	6,18	7,80	25,27	196,83	0,76
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	6,65	27,00	0,02
Итого			415	8,60	12,12	47,01	332,28	0,78
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), картофель, лавровый лист)	200	2,71	6,16	14,40	124,79	16,73
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, чеснок)	230	23,75	26,58	21,76	421,12	11,60
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	60	1,78	3,35	3,72	51,97	3,10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,54	0,34	16,25	78,18	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	57	4,32	0,35	28,44	134,20	0,00
Итого			765	35,10	36,78	91,02	836,06	31,43
Полдник								
2012	483	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ (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	7,84	6,68	42,59	261,59	0,10
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,44	2,87	14,88	100,13	0,56
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,52	5,91	20,33	153,39	0,67
Итого			385	15,80	15,46	77,80	515,11	1,33
Всего			59,90	64,76	225,61	1 730,34	43,52	