

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**5 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУГОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная поптавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,21	3,99	13,25	106,38	0,54
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)	150	0,03	0,00	6,52	26,20	0,01
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>6,56</b>	<b>8,31</b>	<b>34,86</b>	<b>241,03</b>	<b>0,55</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,78</b>	<b>46,89</b>	<b>9,98</b>
<b>Обед</b>								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ( капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень))	150	1,16	3,35	5,51	57,45	7,99
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная, чеснок)	195	20,85	22,76	22,31	278,44	11,94
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО ( горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	40	1,16	1,69	2,42	29,43	2,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	150	0,00	0,00	11,29	45,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	32	2,15	0,29	13,78	66,29	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>622</b>	<b>29,52</b>	<b>28,43</b>	<b>82,91</b>	<b>607,01</b>	<b>21,93</b>
<b>Полдник</b>								
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, вода питьевая)	55	4,45	4,53	28,34	171,59	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,92	2,42	12,42	84,07	0,47
<b>Итого</b>			<b>205</b>	<b>7,37</b>	<b>6,95</b>	<b>40,76</b>	<b>255,66</b>	<b>0,47</b>
<b>Всего</b>				<b>43,85</b>	<b>44,09</b>	<b>168,31</b>	<b>1 150,59</b>	<b>32,93</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**5 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУГОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная поптавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,65	5,19	18,41	143,75	0,72
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	0,06	0,00	9,80	39,41	0,01
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>8,03</b>	<b>9,51</b>	<b>43,30</b>	<b>291,61</b>	<b>0,73</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,81</b>	<b>47,03</b>	<b>10,01</b>
<b>Обед</b>								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ( капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень))	200	1,55	4,01	7,34	72,35	10,58
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, томатная паста, соль йодированная, чеснок, лавровый лист)	215	23,07	25,41	23,29	305,68	13,36
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	60	1,72	2,96	3,60	47,78	2,68
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,95	55,78	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	32	2,15	0,29	13,78	66,29	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>742</b>	<b>32,69</b>	<b>33,01</b>	<b>89,56</b>	<b>678,13</b>	<b>26,62</b>
<b>Полдник</b>								
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, вода питьевая)	50	3,94	4,11	28,54	166,85	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,54	2,93	14,92	101,22	0,56
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7,48</b>	<b>7,04</b>	<b>43,46</b>	<b>268,07</b>	<b>0,56</b>
<b>Всего</b>			<b>48,60</b>	<b>49,96</b>	<b>186,13</b>	<b>1 284,84</b>	<b>37,92</b>	

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**5 декабря 2025 г.**

**Сад 12**

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
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	5,63	4,87	18,32	140,47	0,72
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	0,07	0,00	9,82	39,51	0,01
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>8,02</b>	<b>9,19</b>	<b>43,23</b>	<b>288,43</b>	<b>0,73</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,78</b>	<b>46,89</b>	<b>9,98</b>
<b>Обед</b>								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ( капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	1,53	4,20	7,25	73,59	10,39
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, томатная паста, соль йодированная, чеснок, лавровый лист)	215	23,09	25,28	23,27	304,29	13,36
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	60	1,71	3,34	3,57	51,08	2,73
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,72	54,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	32	2,15	0,29	13,78	66,29	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>742</b>	<b>32,68</b>	<b>33,45</b>	<b>89,19</b>	<b>680,33</b>	<b>26,48</b>
<b>Полдник</b>								
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, вода питьевая)	55	4,45	4,53	28,34	171,59	0,00
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
2008		БАНАН (банан)	116	1,74	0,58	24,38	111,44	11,61
<b>Итого</b>			<b>351</b>	<b>9,63</b>	<b>7,98</b>	<b>67,60</b>	<b>383,16</b>	<b>12,17</b>
<b>Всего</b>			<b>50,73</b>	<b>51,02</b>	<b>209,80</b>	<b>1 398,81</b>	<b>49,36</b>	