

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**8 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		
Завтрак								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	150	8,62	6,26	43,82	265,67	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	2,31	1,82	11,31	71,35	0,39
Итого			335	13,25	12,40	70,22	445,47	0,39
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	146	0,73	0,15	14,75	62,78	2,92
Итого			146	0,73	0,15	14,75	62,78	2,92
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	150	3,39	3,22	11,01	86,79	2,64
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.), сухари панировочные, соль йодированная)	135	15,36	15,45	29,19	317,12	0,54
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	40	1,03	1,98	5,82	46,43	2,93
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	63	4,81	0,39	31,61	149,20	0,00
Итого			573	26,91	21,35	104,09	717,37	6,11
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	4,05	4,69	11,27	104,11	0,55
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (печенье 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	0,06	0,00	6,93	28,38	0,39
Итого			340	6,32	7,79	45,36	278,77	0,94
Всего				47,21	41,69	234,42	1 504,39	10,36

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**8 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		
Завтрак								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	11,56	7,03	57,13	337,49	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	2,83	2,18	15,46	93,42	0,47
Итого			415	16,71	13,53	87,68	539,36	0,47
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	146	0,73	0,15	14,75	62,78	2,92
Итого			146	0,73	0,15	14,75	62,78	2,92
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	4,58	4,33	14,80	116,65	3,52
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.), сухари панировочные, соль йодированная)	180	20,73	20,34	39,16	422,40	0,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,93	55,70	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	60	1,56	3,03	8,08	67,55	4,39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	63	4,81	0,39	31,61	149,20	0,00
Итого			718	34,00	28,40	122,42	882,89	8,63
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	5,38	5,68	15,24	134,42	0,73
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	0,10	0,00	9,95	41,03	0,78
Итого			420	7,76	8,88	53,19	326,25	1,51
Всего				59,20	50,96	278,04	1 811,28	13,53

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**8 декабря 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, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	11,58	7,40	57,69	343,18	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	2,80	2,18	15,29	92,61	0,47
Итого			415	16,70	14,27	88,07	547,64	0,47
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	146	0,73	0,15	14,75	62,78	2,92
Итого			146	0,73	0,15	14,75	62,78	2,92
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	4,60	3,95	14,87	113,63	3,55
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.), сухари панировочные, соль йодированная)	180	20,95	20,74	39,45	428,17	0,70
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	14,08	56,29	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	60	1,55	2,71	8,11	64,78	4,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	63	4,81	0,39	31,61	149,20	0,00
Итого			718	34,23	28,10	122,96	883,46	8,61
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	5,36	5,57	15,37	133,90	0,73
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	0,09	0,00	9,94	40,98	0,79
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Итого			460	12,83	13,37	53,61	388,68	1,52
Всего				64,49	55,89	279,39	1 882,56	13,52