

Утверждаю

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

/Максимова В.А./

МЕНЮ
9 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 94 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУГОЙ МАННОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%) | 150 | 3,62 | 4,11 | 11,13 | 96,29 | 0,52 |
| 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 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон) | 150 | 0,06 | 0,00 | 5,96 | 24,51 | 0,39 |
| Итого | | | 335 | 6,00 | 8,43 | 32,18 | 229,25 | 0,91 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,83 | 47,17 | 10,04 |
| Итого | | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,83 | 47,17 | 10,04 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 58 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (СВЕКОЛЬНИК) (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная, чеснок, лавровый лист, петрушка (зелень)) | 150 | 1,35 | 3,07 | 9,44 | 71,12 | 5,34 |
| 2012 | 261 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай , хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 60 | 7,26 | 2,39 | 6,61 | 77,07 | 0,08 |
| 2012 | 355 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная) | 55 | 0,93 | 1,67 | 4,33 | 36,24 | 0,55 |
| 2012 | 318 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная) | 110 | 2,13 | 4,43 | 17,08 | 116,80 | 8,62 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые) | 39 | 0,31 | 0,04 | 0,66 | 5,07 | 1,95 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная, лимонная кислота) | 150 | 0,06 | 0,06 | 18,84 | 76,47 | 0,60 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 26 | 1,72 | 0,23 | 11,02 | 53,03 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 38 | 2,90 | 0,24 | 19,07 | 89,99 | 0,00 |
| Итого | | | 628 | 16,66 | 12,13 | 87,05 | 525,79 | 17,14 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сметана 15% жирности, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности) | 90 | 2,29 | 4,76 | 18,90 | 127,44 | 0,08 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 145 | 2,91 | 2,40 | 11,98 | 82,14 | 0,45 |
| Итого | | | 235 | 5,20 | 7,16 | 30,88 | 209,58 | 0,53 |
| Всего | | | 28,26 | 28,12 | 159,94 | 1 011,79 | 28,62 | |

Утверждаю

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

МЕНЮ
9 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 92 | СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%) | 200 | 4,79 | 4,93 | 14,74 | 122,92 | 0,69 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 35 | 2,32 | 4,36 | 15,09 | 108,85 | 0,00 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон) | 180 | 0,09 | 0,00 | 9,04 | 37,21 | 0,69 |
| Итого | | | 415 | 7,20 | 9,29 | 38,87 | 268,98 | 1,38 |
| 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 | 58 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (СВЕКОЛЬНИК) (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная, чеснок, петрушка (зелень), лавровый лист) | 200 | 1,69 | 4,10 | 12,03 | 92,01 | 6,46 |
| 2012 | 261 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай , хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 75 | 9,58 | 3,57 | 8,24 | 103,40 | 0,11 |
| 2012 | 355 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная) | 75 | 1,20 | 2,33 | 5,36 | 47,60 | 0,78 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная) | 130 | 2,50 | 4,53 | 20,19 | 131,83 | 10,19 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые) | 39 | 0,31 | 0,04 | 0,66 | 5,07 | 1,95 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная, лимонная кислота) | 180 | 0,07 | 0,07 | 22,62 | 91,78 | 0,72 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 26 | 1,72 | 0,23 | 11,02 | 53,03 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 38 | 2,90 | 0,24 | 19,07 | 89,99 | 0,00 |
| Итого | | | 763 | 19,97 | 15,11 | 99,19 | 614,71 | 20,21 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сметана 15% жирности, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности) | 105 | 2,63 | 5,42 | 22,71 | 150,03 | 0,09 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок) | 175 | 3,41 | 2,82 | 14,74 | 99,07 | 0,54 |
| Итого | | | 280 | 6,04 | 8,24 | 37,45 | 249,10 | 0,63 |
| Всего | | | 33,61 | 33,04 | 185,31 | 1 179,78 | 32,22 | |

Утверждаю

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

МЕНЮ
9 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 92 | СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%) | 200 | 4,83 | 4,79 | 15,42 | 124,55 | 0,69 |
| 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 | 392 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон) | 180 | 0,09 | 0,00 | 9,04 | 37,28 | 0,71 |
| Итого | | | 415 | 7,24 | 9,48 | 39,55 | 273,68 | 1,40 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,02 | 10,00 |
| Итого | | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,02 | 10,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 58 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (СВЕКОЛЬНИК) (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная, чеснок, петрушка (зелень), лавровый лист) | 200 | 1,74 | 3,74 | 12,03 | 89,20 | 6,60 |
| 2012 | 261 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай , хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 80 | 9,65 | 3,25 | 8,57 | 102,20 | 0,11 |
| 2012 | 355 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная) | 75 | 1,26 | 2,33 | 5,67 | 49,11 | 0,84 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная) | 130 | 2,50 | 4,86 | 20,17 | 134,64 | 10,18 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые) | 39 | 0,31 | 0,04 | 0,66 | 5,07 | 1,95 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, компотная смесь мороженная, лимонная кислота) | 180 | 0,07 | 0,07 | 22,88 | 92,86 | 0,74 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 26 | 1,72 | 0,23 | 11,02 | 53,03 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 38 | 2,90 | 0,24 | 19,07 | 89,99 | 0,00 |
| Итого | | | 768 | 20,15 | 14,76 | 100,07 | 616,10 | 20,42 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сметана 15% жирности, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности) | 110 | 2,73 | 5,72 | 22,78 | 153,40 | 0,10 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок) | 175 | 3,37 | 2,79 | 14,73 | 98,55 | 0,54 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок) | 100 | 5,74 | 3,68 | 28,63 | 170,39 | 0,00 |
| Итого | | | 385 | 11,84 | 12,19 | 66,14 | 422,34 | 0,64 |
| Всего | | | 39,63 | 36,83 | 215,56 | 1 359,14 | 32,46 | |