

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 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	5,24	5,19	16,50	134,16	0,74
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	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,10	0,00	9,95	41,00	0,78
Итого			415	7,66	9,51	41,54	283,61	1,52
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	2,02	4,22	14,35	103,76	6,72
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка цып-бр охл , масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, морковь, лук репчатый, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	205	19,30	22,47	34,13	330,02	2,54
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	55	0,79	2,96	4,62	48,22	2,16
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,87	55,47	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	103	7,86	0,64	51,69	243,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	51	3,38	0,45	21,62	104,02	0,00
Итого			794	33,35	30,74	140,28	885,41	11,42
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)	115	3,03	5,71	23,89	159,21	0,10
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,81	39,42	0,01
Итого			325	5,38	5,90	48,75	269,68	0,11
Всего				46,79	46,55	240,37	1 485,71	23,05

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ**23 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								
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	5,24	5,19	16,83	135,45	0,74
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	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,10	0,00	9,95	41,00	0,78
Итого			415	7,66	9,51	41,87	284,90	1,52
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,83	47,15	10,03
Итого			100	0,40	0,40	9,83	47,15	10,03
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	2,01	4,22	14,35	103,78	6,72
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка цып-бр охл , масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, морковь, лук репчатый, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	205	19,38	22,80	34,23	333,29	2,53
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	55	0,80	2,96	4,65	48,32	2,18
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,55	54,18	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	103	7,86	0,64	51,69	243,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	51	3,38	0,45	21,62	104,02	0,00
Итого			794	33,43	31,07	140,09	887,51	11,43
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)	115	3,06	5,45	24,05	157,38	0,10
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,81	39,42	0,01
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	100	5,84	3,93	29,28	175,58	0,00
Итого			425	11,25	9,57	78,19	443,43	0,11
Всего				52,74	50,55	269,98	1 662,99	23,09