

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ**26 января 2026 г.****Ясли 10,5**

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая 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	7,94	6,34	41,03	252,60	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,11	4,57	13,73	104,48	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,11	1,65	11,30	68,97	0,35
Итого			330	12,16	12,56	66,06	426,05	0,35
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	147	0,74	0,15	14,87	63,33	2,95
Итого			147	0,74	0,15	14,87	63,33	2,95
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	150	3,37	3,54	10,89	89,09	2,61
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)	130	14,34	13,82	31,82	309,08	0,54
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,76	1,98	4,31	38,91	2,03
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)	27	1,81	0,24	11,56	55,63	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	45	3,40	0,28	22,35	105,49	0,00
Итого			532	23,68	19,86	92,55	644,64	5,18
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	3,81	3,94	11,34	96,63	0,50
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	0,05	0,00	7,22	29,27	0,20
Итого			340	6,07	7,04	45,72	272,18	0,70
Всего				42,65	39,61	219,20	1 406,20	9,18

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 января 2026 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	10,54	6,79	52,53	313,01	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,11	4,34	13,73	102,44	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,60	1,99	15,06	89,03	0,42
Итого			410	15,25	13,12	81,32	504,48	0,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	147	0,74	0,15	14,87	63,33	2,95
Итого			147	0,74	0,15	14,87	63,33	2,95
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	4,54	4,28	14,64	115,38	3,48
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)	170	19,02	18,39	42,22	410,46	0,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	14,00	55,96	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	50	1,12	2,98	6,18	57,18	2,95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,81	0,24	11,56	55,63	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	45	3,40	0,28	22,35	105,49	0,00
Итого			672	29,89	26,17	110,95	800,10	7,15
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	5,00	5,44	14,65	128,25	0,66
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	0,08	0,00	9,89	40,28	0,43
Итого			420	7,36	8,64	52,54	319,33	1,09
Всего				53,24	48,08	259,68	1 687,24	11,61

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ**26 января 2026 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 (крупa гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	10,59	7,13	53,20	318,97	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,11	4,67	13,73	105,39	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,57	1,99	14,91	88,32	0,42
Итого			410	15,27	13,79	81,84	512,68	0,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	147	0,74	0,15	14,87	63,33	2,95
Итого			147	0,74	0,15	14,87	63,33	2,95
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	4,57	3,95	14,71	112,88	3,51
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)	170	19,23	18,65	42,70	415,51	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)	50	1,14	2,70	6,34	55,49	3,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,81	0,24	11,56	55,63	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	45	3,40	0,28	22,35	105,49	0,00
Итого			672	30,15	25,82	111,74	801,29	7,25
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	4,97	5,24	14,74	126,76	0,66
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	0,07	0,00	9,87	40,26	0,45
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Итого			460	12,42	13,04	52,91	380,82	1,11
Всего				58,58	52,80	261,36	1 758,12	11,73