

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ

11 февраля 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,83	5,50	19,07	150,01	0,75
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,32	4,37	15,09	108,97	0,00
2012	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,10	0,00	9,94	41,00	0,78
Итого			415	8,25	9,87	44,10	299,98	1,53
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	154	4,34	3,74	7,19	80,81	0,80
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			174	5,84	5,70	22,07	164,21	0,80
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (мука пшеничная высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	3,59	4,48	20,14	135,34	4,24
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ (грудка цып-бр охл , сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	120	28,36	29,56	2,93	238,44	1,14
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	7,52	6,01	33,98	219,83	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	55	1,39	2,94	7,40	63,08	3,73
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД (компотная смесь мороженая, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,01	0,00	23,65	94,57	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	33	2,51	0,20	16,49	77,81	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	31	2,08	0,28	13,32	64,10	0,00
Итого			749	45,46	43,47	117,91	893,17	9,11
Полдник								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, сыр костромской, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	85	10,26	16,71	1,46	198,05	0,14
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	55	1,56	3,65	4,50	56,94	2,07
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	141	0,71	0,14	13,96	60,63	2,82
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			311	14,82	20,69	34,97	386,67	5,03
Всего				74,37	79,73	219,05	1 744,03	16,47

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ

11 февраля 2026 г.

Сад 12

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,79	5,05	18,71	144,45	0,75
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,32	4,90	15,10	113,79	0,00
2012	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,11	0,01	9,95	41,09	0,83
Итого			415	8,22	9,96	43,76	299,33	1,58
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	154	4,34	3,74	7,19	80,81	0,80
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			174	5,84	5,70	22,07	164,21	0,80
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (мука пшеничная высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	3,71	3,60	20,21	128,08	4,49
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ (грудка цып-бр охл , сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	120	28,38	29,51	3,25	239,41	1,14
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	7,45	6,51	33,69	222,91	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	55	1,39	2,83	7,97	64,47	3,74
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД (компотная смесь мороженая, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,01	0,00	24,47	97,91	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	33	2,51	0,20	16,49	77,81	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	31	2,08	0,28	13,32	64,10	0,00
Итого			749	45,53	42,93	119,40	894,69	9,37
Полдник								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, сыр костромской, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	90	10,55	17,79	1,54	209,37	0,15
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	55	1,56	4,25	4,67	63,06	2,08
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	141	0,71	0,14	13,96	60,63	2,82
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (печенье овсяное)	40	2,28	3,20	28,00	150,80	0,00
Итого			356	17,39	25,57	63,22	554,91	5,05
Всего				76,98	84,16	248,45	1 913,14	16,80