

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ

13 марта 2026 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 КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,41	4,20	14,16	112,70	0,55
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,04	0,00	8,00	32,11	0,01
Итого			335	6,77	8,89	37,25	256,66	0,56
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	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, картофель, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	150	2,43	2,32	14,45	88,48	4,65
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	165	16,49	17,52	20,12	227,31	10,73
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	40	1,15	1,84	2,42	30,72	2,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	150	0,00	0,00	11,44	45,74	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	48	3,65	0,30	23,98	113,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,77	0,23	11,30	54,39	0,00
Итого			580	25,49	22,21	83,71	559,79	17,41
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, сухари панировочные, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	95	2,90	4,26	17,66	120,67	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	30	0,64	1,86	4,60	37,73	0,08
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,32	1,85	11,55	72,66	0,40
Итого			275	5,86	7,97	33,81	231,06	0,48
Всего				38,52	39,47	164,57	1 094,53	28,45

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ

13 марта 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 КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,84	5,18	19,36	148,40	0,73
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 САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	10,89	43,77	0,01
Итого			415	8,22	9,50	45,34	300,62	0,74
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	3,18	2,60	18,96	112,24	6,08
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	210	21,18	23,56	23,85	293,48	13,36
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	60	1,72	3,07	3,61	48,88	2,75
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,99	55,90	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	48	3,65	0,30	23,98	113,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,77	0,23	11,30	54,39	0,00
Итого			725	31,50	29,76	95,69	678,04	22,19
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, сухари панировочные, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	115	3,44	5,46	21,88	150,55	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	50	0,96	2,53	6,69	53,61	0,13
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,86	2,21	15,51	94,01	0,47
Итого			345	7,26	10,20	44,08	298,17	0,60
Всего				47,38	49,86	194,91	1 323,83	33,53

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ

13 марта 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,81	5,40	18,51	146,86	0,73
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,32	4,77	15,09	112,61	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,07	0,00	10,90	43,81	0,01
Итого			415	8,20	10,17	44,50	303,28	0,74
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	3,27	2,88	19,33	116,57	6,22
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл , картофель, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	210	21,31	23,32	23,94	291,83	13,41
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	60	1,73	3,34	3,63	51,41	2,92
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,99	55,90	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	48	3,65	0,30	23,98	113,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,77	0,23	11,30	54,39	0,00
Итого			725	31,73	30,07	96,17	683,25	22,55
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, сухари панировочные, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	115	3,56	5,21	21,59	147,47	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	50	0,96	2,43	7,02	53,91	0,13
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,89	2,21	15,66	94,69	0,47
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	3,61	3,57	12,37	96,62	0,56
Итого			495	11,02	13,42	56,64	392,69	1,16
Всего				51,35	54,06	207,09	1 426,11	34,43