

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 апреля 2026 г.
Сад 10,5

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа ячневая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,53	5,10	18,18	141,69	0,74
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	4,17	15,09	107,16	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,81	39,42	0,01
Итого			415	7,90	9,27	43,08	288,27	0,75
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	2,17	2,23	15,57	91,35	4,97
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)	175	18,90	20,76	45,94	368,56	2,39
2012	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ (свекла, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сметана 15% жирности)	60	1,27	3,22	6,07	58,48	2,71
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,24	52,94	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	31	2,35	0,19	15,47	73,02	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	24	1,60	0,21	10,24	49,29	0,00
Итого			670	26,29	26,61	106,53	693,64	10,07
Полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сметана 15% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	75	7,53	14,35	5,04	179,71	0,11
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	62	1,18	5,55	4,80	74,15	4,36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,81	39,42	0,01
Итого			347	11,06	20,09	34,70	364,33	4,48
Всего				45,65	56,37	194,11	1 393,22	25,30

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 апреля 2026 г.
Сад 12

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа ячневая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,51	4,96	18,14	140,23	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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,07	0,00	9,82	39,51	0,01
Итого			415	7,90	9,28	43,05	288,19	0,75
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	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	2,21	1,97	15,79	89,95	4,98
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)	175	18,91	20,95	46,17	371,38	2,41
2012	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ (свекла, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сметана 15% жирности)	60	1,25	3,12	6,05	57,45	2,71
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,72	54,83	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	31	2,35	0,19	15,47	73,02	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	24	1,60	0,21	10,24	49,29	0,00
Итого			670	26,32	26,44	107,44	695,92	10,10
Полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сметана 15% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	70	7,53	14,74	5,02	182,74	0,11
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	62	1,19	5,56	4,81	74,37	4,37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,07	0,00	9,82	39,51	0,01
2008		ВАФЛИ (вафли)	30	1,20	9,00	18,90	159,00	0,00
Итого			372	12,28	29,49	53,60	526,67	4,49
Всего				46,90	65,61	213,87	1 557,67	25,32