

Утверждаю

Заведующий

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

_____/Максимова В.А./

МЕНЮ

22 апреля 2026 г.

Ясли 10,5

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 ПШЕНОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,30	4,23	13,70	110,70	0,56
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	3,63	15,08	102,22	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,03	0,00	6,52	26,20	0,01
Итого			335	6,64	7,86	35,30	239,12	0,57
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,77	46,87	9,97
Итого			100	0,40	0,40	9,77	46,87	9,97
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист, петрушка (зелень))	150	4,33	4,35	10,94	100,57	6,03
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ (грудка цып-бр охл., сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	85	20,35	21,35	1,98	171,84	0,82
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	110	6,36	5,00	28,77	185,28	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	40	0,91	1,66	5,12	40,07	2,43
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД (компотная смесь мороженая, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	150	0,00	0,00	16,88	67,48	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	46	3,54	0,29	23,27	109,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	28	1,87	0,25	11,95	57,48	0,00
Итого			609	37,36	32,90	98,91	732,52	9,28
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%)	65	8,09	13,53	1,10	159,01	0,10
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,74	2,48	2,35	34,53	0,98
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			275	11,87	16,35	33,35	329,09	4,08
Всего				56,27	57,51	177,33	1 347,60	23,90

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 апреля 2026 г.
Сад 10,5

Сбор-ник рецептур	№ 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 ПШЕНОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,76	5,29	18,77	146,56	0,74
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	3,63	15,08	102,22	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	8,93	35,90	0,01
Итого			415	8,13	8,92	42,78	284,68	0,75
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	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	5,24	5,20	14,37	125,70	7,80
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ (грудка цып-бр охл., сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	115	27,11	28,45	2,97	230,68	1,09
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	7,50	5,30	33,93	213,08	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	60	1,39	2,95	7,43	63,37	3,77
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД (компотная смесь мороженая, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,00	0,00	19,97	79,89	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	46	3,54	0,29	23,27	109,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	28	1,87	0,25	11,95	57,48	0,00
Итого			759	46,65	42,44	113,89	880,00	12,66
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	10,22	15,69	1,43	188,39	0,14
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	40	1,12	3,53	3,37	49,62	1,48
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			305	14,38	19,56	34,70	373,56	4,62
Всего				69,56	71,32	201,17	1 585,26	28,03

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 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 ПШЕНОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,80	5,33	19,42	149,67	0,74
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	3,94	15,09	105,05	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,05	0,00	8,91	35,84	0,01
Итого			415	8,16	9,27	43,42	290,56	0,75
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	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	5,52	5,24	14,50	127,47	7,86
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ (грудка цып-бр охл., сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	115	27,17	28,56	2,86	231,05	1,10
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	7,49	5,60	33,89	215,58	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	60	1,38	2,71	7,48	61,40	3,72
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД (компотная смесь мороженая, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,00	0,00	20,16	80,65	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	46	3,54	0,29	23,27	109,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	28	1,87	0,25	11,95	57,48	0,00
Итого			759	46,97	42,65	114,11	883,43	12,68
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	10,05	15,88	1,41	189,46	0,14
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	40	1,11	3,59	3,21	49,54	1,48
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ВАФЛИ (вафли)	30	1,20	9,00	18,90	159,00	0,00
Итого			335	15,40	28,81	53,42	533,55	4,62
Всего				70,93	81,13	220,75	1 754,54	28,05