

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 апреля 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 ГРЕЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,36	4,23	12,08	104,45	0,54
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 ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,04	0,00	6,57	26,69	0,25
Итого			335	6,72	8,55	33,74	239,59	0,79
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	144	0,72	0,14	14,26	61,92	2,88
Итого			144	0,72	0,14	14,26	61,92	2,88
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	150	3,53	3,56	11,54	92,63	2,81
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	60	5,01	4,30	1,91	66,72	0,66
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	55	0,70	1,62	3,19	30,31	0,01
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	110	2,72	4,40	28,46	164,18	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,56	2,47	3,31	37,59	1,55
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,12	0,12	16,58	68,54	1,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	46	3,51	0,29	23,08	108,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,79	0,24	11,45	55,07	0,00
Итого			638	17,94	17,00	99,52	623,98	6,23
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	150	4,18	4,01	13,65	108,13	0,54
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,46	1,90	14,43	80,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,03	0,00	6,52	26,20	0,01
Итого			320	5,67	5,91	34,60	215,23	0,55
Всего				31,05	31,60	182,12	1 140,72	10,45

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 апреля 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 ГРЕЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,85	5,41	16,64	139,40	0,72
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	4,08	15,09	106,35	0,00
2012	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,09	0,00	8,92	36,49	0,46
Итого			415	8,25	9,49	40,65	282,24	1,18
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	144	0,72	0,14	14,26	61,92	2,88
Итого			144	0,72	0,14	14,26	61,92	2,88
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	4,61	4,36	15,15	118,48	3,73
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	80	6,67	4,16	2,57	75,01	0,91
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	75	0,99	2,26	4,55	42,57	0,02
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	3,16	4,41	33,31	185,60	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,71	2,99	4,15	46,27	1,94
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,14	0,14	19,84	82,07	1,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	46	3,51	0,29	23,08	108,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,79	0,24	11,45	55,07	0,00
Итого			788	21,58	18,85	114,10	714,01	8,04
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	5,63	5,11	18,82	144,64	0,72
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,46	1,90	14,43	80,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	8,84	35,56	0,01
Итого			400	7,15	7,01	42,09	261,10	0,73
Всего				37,70	35,49	211,10	1 319,27	12,83

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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 ГРЕЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,85	5,48	17,18	142,26	0,72
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 ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,09	0,00	8,93	36,54	0,49
Итого			415	8,26	9,80	41,20	287,25	1,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	144	0,72	0,14	14,26	61,92	2,88
Итого			144	0,72	0,14	14,26	61,92	2,88
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	4,56	4,31	15,08	117,58	3,76
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	80	6,68	4,40	2,56	77,03	0,91
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	75	1,00	2,26	4,57	42,72	0,02
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	3,18	5,25	33,43	193,72	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,71	2,96	4,16	46,03	1,95
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,14	0,14	19,89	82,25	1,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	46	3,51	0,29	23,08	108,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,79	0,24	11,45	55,07	0,00
Итого			788	21,57	19,85	114,22	723,34	8,08
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	5,63	5,18	19,37	147,52	0,72
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,46	1,90	14,43	80,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	8,84	35,55	0,01
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
Итого			440	12,11	11,57	42,91	325,26	0,73
Всего				42,66	41,36	212,59	1 397,77	12,90