

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**30 апреля 2026 г.**  
**Ясли 10,5**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
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	3,64	4,65	14,44	114,76	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	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,08	0,00	7,47	30,62	0,49
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>6,04</b>	<b>8,97</b>	<b>37,00</b>	<b>253,83</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	101	0,40	0,40	9,92	47,56	10,12
<b>Итого</b>			<b>101</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,92</b>	<b>47,56</b>	<b>10,12</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ) (картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	150	5,86	3,05	17,07	121,24	4,73
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	7,61	2,93	9,48	94,66	0,08
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, петрушка (зелень), томатная паста, сахар песок, соль йодированная)	60	0,59	4,03	5,53	61,22	1,06
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	110	2,13	4,43	17,11	116,95	8,64
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	40	0,85	2,48	6,66	53,22	1,99
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,12	0,12	17,45	72,09	1,23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	63	4,77	0,39	31,36	148,01	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
<b>Итого</b>			<b>671</b>	<b>24,41</b>	<b>17,76</b>	<b>120,56</b>	<b>743,88</b>	<b>17,73</b>
<b>Полдник</b>								
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	4,36	4,88	15,81	125,14	0,55
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>5,91</b>	<b>6,84</b>	<b>38,07</b>	<b>238,17</b>	<b>0,56</b>
<b>Всего</b>				<b>36,76</b>	<b>33,97</b>	<b>205,55</b>	<b>1 283,44</b>	<b>29,45</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**30 апреля 2026 г.**  
**Сад 10,5**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
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%)	200	4,79	4,78	16,86	130,52	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	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,09	0,00	8,84	36,34	0,60
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>7,20</b>	<b>9,10</b>	<b>40,79</b>	<b>275,31</b>	<b>1,33</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,81</b>	<b>47,03</b>	<b>10,01</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ) (картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	200	6,94	4,62	20,69	154,56	5,89
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	85	10,05	3,56	11,32	117,48	0,11
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, петрушка (зелень), томатная паста, сахар песок, соль йодированная)	75	0,78	3,16	4,92	51,42	1,26
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	130	2,50	4,50	20,18	131,42	10,19
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	60	1,30	2,99	7,25	62,43	3,10
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,14	0,14	19,59	81,08	1,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	63	4,77	0,39	31,36	148,01	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
<b>Итого</b>			<b>831</b>	<b>28,96</b>	<b>19,69</b>	<b>131,21</b>	<b>822,89</b>	<b>21,99</b>
<b>Полдник</b>								
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	5,72	5,08	18,71	144,20	0,73
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	8,73	35,13	0,01
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>7,28</b>	<b>7,04</b>	<b>42,32</b>	<b>262,73</b>	<b>0,74</b>
<b>Всего</b>				<b>43,84</b>	<b>36,23</b>	<b>224,13</b>	<b>1 407,96</b>	<b>34,07</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**30 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		
<b>Завтрак</b>								
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%)	200	4,77	5,30	16,32	132,90	0,73
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	3,86	15,09	104,29	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,10	0,00	8,84	36,32	0,54
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>7,18</b>	<b>9,16</b>	<b>40,25</b>	<b>273,51</b>	<b>1,27</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,77	46,87	9,97
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,77</b>	<b>46,87</b>	<b>9,97</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ) (картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	200	6,90	5,05	20,56	157,68	5,88
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	85	10,12	3,88	11,87	122,99	0,11
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, петрушка (зелень), томатная паста, сахар песок, соль йодированная)	75	0,78	2,72	5,11	48,44	1,39
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	130	2,49	4,05	20,18	127,35	10,19
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	60	1,35	3,31	7,70	67,40	3,25
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,14	0,14	19,57	81,01	1,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	63	4,77	0,39	31,36	148,01	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
<b>Итого</b>			<b>831</b>	<b>29,03</b>	<b>19,87</b>	<b>132,25</b>	<b>829,37</b>	<b>22,27</b>
<b>Полдник</b>								
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	5,67	5,59	18,11	146,20	0,73
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,07	0,00	8,74	35,22	0,01
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>12,20</b>	<b>12,04</b>	<b>42,00</b>	<b>326,11</b>	<b>0,74</b>
<b>Всего</b>				<b>48,81</b>	<b>41,47</b>	<b>224,27</b>	<b>1 475,86</b>	<b>34,25</b>