

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 мая 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 КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа ячневая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,09	3,64	13,86	105,24	0,53
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	0,06	0,00	7,43	30,12	0,25
Итого			335	6,47	7,96	36,38	243,81	0,78
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	150	1,34	2,66	9,66	68,32	4,77
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ (грудка цып-бр охл , сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	70	15,27	16,13	1,95	132,18	0,61
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	110	6,37	5,67	28,78	191,33	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,57	2,47	3,36	37,85	1,58
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	150	0,00	0,00	12,11	48,38	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	41	3,15	0,26	20,70	97,69	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			591	28,69	27,45	89,28	636,94	6,96
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ И СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, творог 9% жирности, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	65/15	3,12	3,77	19,36	124,06	0,19
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,21	3,63	6,97	78,44	0,78
Итого			230	7,33	7,40	26,33	202,50	0,97
Всего				42,89	43,21	161,80	1 130,31	18,72

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 мая 2026 г.
Сад 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 КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа ячневая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,39	5,16	17,98	140,72	0,71
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	4,27	15,09	108,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,09	0,00	9,90	40,45	0,51
Итого			415	7,79	9,43	42,97	289,22	1,22
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	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	1,83	4,16	13,24	98,32	5,97
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ (грудка цып-бр охл , сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	95	20,46	21,50	2,88	177,51	0,82
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	7,51	5,92	33,96	218,83	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,71	2,97	4,15	46,07	1,94
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,95	55,77	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	41	3,15	0,26	20,70	97,69	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			726	35,65	35,07	101,60	755,38	8,73
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ И СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	100/25	4,83	6,32	33,93	212,34	0,28
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,37	94,21	0,94
Итого			305	9,89	10,69	42,30	306,55	1,22
Всего				53,73	55,59	196,67	1 398,17	21,17