

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 мая 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 ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,40	5,33	16,78	133,41	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	5,69	15,10	120,92	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,07	0,00	6,59	26,61	0,01
Итого			335	6,79	11,02	38,47	280,94	0,55
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	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, картофель, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	150	2,26	3,74	12,85	94,06	5,43
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл., картофель, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	170	20,34	21,44	17,36	243,89	9,51
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	45	1,29	3,32	2,69	45,76	3,56
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	150	0,00	0,00	12,91	51,60	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	53	4,07	0,33	26,76	126,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
Итого			601	30,17	29,12	86,70	629,60	18,50
Полдник								
2012		ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное)	50	6,56	9,28	30,13	230,11	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,48	1,86	11,76	74,23	0,40
Итого			200	9,04	11,14	41,89	304,34	0,43
Всего				46,40	51,68	176,84	1 261,77	29,46

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 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 ПШЕНИЧНОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,72	5,02	18,87	144,50	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	4,09	15,09	106,39	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	8,95	36,02	0,01
Итого			415	8,09	9,11	42,91	286,91	0,72
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	3,04	2,61	17,63	106,22	5,50
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (грудка цып-бр охл., картофель, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	220	26,21	28,70	20,78	317,51	11,93
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	60	1,71	2,98	3,59	47,94	2,76
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	12,66	50,61	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	53	4,07	0,33	26,76	126,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
Итого			746	37,24	34,91	95,55	716,57	20,19
Полдник								
2012		ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,26	1,83	28,13	141,87	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,13	14,47	88,77	0,46
Итого			230	6,03	3,96	42,60	230,64	0,48
Всего				51,76	48,38	190,86	1 281,13	31,39