

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 мая 2026 г.
Сад 10,5

| Сборник 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 КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа ячневая, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%) | 200 | 5,42 | 5,07 | 17,85 | 139,63 | 0,72 |
| 2012 | | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыр костромской, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 45 | 4,88 | 6,61 | 15,09 | 139,90 | 0,07 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,16 | 36,82 | 0,01 |
| Итого | | | 425 | 10,36 | 11,68 | 42,10 | 316,35 | 0,80 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 4,22 | 3,64 | 6,98 | 78,57 | 0,78 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт) | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 | 0,00 |
| Итого | | | 170 | 5,72 | 5,60 | 21,86 | 161,97 | 0,78 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная) | 200 | 2,16 | 2,30 | 15,51 | 91,70 | 4,97 |
| 2012 | 311 | СУФЛЕ КУРИНОЕ С РИСОМ (куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сыр костромской, соль йодированная) | 75 | 20,33 | 23,12 | 3,45 | 302,90 | 0,76 |
| 2012 | 132 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, петрушка (зелень), лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная) | 130 | 3,32 | 5,22 | 13,80 | 117,39 | 28,65 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота) | 180 | 0,14 | 0,14 | 19,63 | 81,21 | 1,44 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 41 | 3,14 | 0,25 | 20,64 | 97,39 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 34 | 2,23 | 0,30 | 14,29 | 68,75 | 0,00 |
| Итого | | | 660 | 31,32 | 31,33 | 87,32 | 759,34 | 35,82 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 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 | 5,68 | 5,32 | 18,67 | 146,12 | 0,72 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,16 | 36,82 | 0,01 |
| Итого | | | 410 | 8,03 | 5,51 | 42,88 | 253,99 | 0,73 |
| Всего | | | | 55,43 | 54,12 | 194,16 | 1 491,65 | 38,13 |