

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 июня 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		
Завтрак								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сыр костромской)	150	11,11	10,26	35,94	281,77	0,06
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
Итого			335	13,48	14,58	58,41	419,85	0,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	141	0,71	0,14	14,27	60,74	2,83
Итого			141	0,71	0,14	14,27	60,74	2,83
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	2,38	1,75	13,80	80,66	4,44
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	110	15,20	15,56	3,90	216,46	0,82
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	110	3,52	4,47	22,84	145,43	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)	29	1,90	0,25	12,19	58,64	0,00
Итого			630	26,72	24,76	88,90	685,11	6,84
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	3,87	3,95	11,13	96,17	0,52
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	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
Итого			320	5,38	5,85	32,94	206,70	0,53
Всего				46,29	45,33	194,52	1 372,40	10,27

Утверждаю

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

МЕНЮ
2 июня 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		
Завтрак								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сыр костромской)	200	12,69	9,92	47,91	333,08	0,06
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	4,05	15,09	106,02	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,31	37,42	0,01
Итого			415	15,06	13,97	72,31	476,52	0,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	141	0,71	0,14	14,27	60,74	2,83
Итого			141	0,71	0,14	14,27	60,74	2,83
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	3,05	2,58	17,86	107,06	5,64
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	145	20,40	20,44	6,03	289,90	1,95
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	130	4,17	4,28	27,22	164,01	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,71	2,94	4,15	45,84	1,94
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,08	52,27	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)	29	1,90	0,25	12,19	58,64	0,00
Итого			775	33,38	30,75	101,23	815,41	9,53
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,16	5,39	14,73	128,90	0,69
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	9,31	37,42	0,01
Итого			400	6,68	7,29	38,47	247,22	0,70
Всего				55,83	52,15	226,28	1 599,89	13,13