

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 июня 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								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	150	8,68	6,84	44,81	275,19	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,32	4,90	15,10	113,79	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,03	0,00	6,98	27,99	0,00
Итого			335	11,03	11,74	66,89	416,97	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	139	0,69	0,14	13,66	59,34	2,76
Итого			139	0,69	0,14	13,66	59,34	2,76
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	150	1,69	1,66	12,00	69,83	4,76
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (КУРИЦА) (куры потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, петрушка (зелень))	150	14,95	19,60	14,59	294,96	12,61
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	38	0,31	0,04	0,95	5,35	3,82
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	150	0,00	0,00	11,07	44,23	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	53	4,03	0,33	26,52	125,18	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	33	2,18	0,29	13,93	67,02	0,00
Итого			574	23,16	21,92	79,06	606,57	21,19
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	4,05	4,25	11,53	101,28	0,56
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	0,03	0,00	6,98	27,99	0,00
Итого			320	5,54	6,15	32,94	210,17	0,56
Всего				40,42	39,95	192,55	1 293,05	24,51

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 июня 2026 г.
Сад 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								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)	200	11,56	6,60	57,40	334,74	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,31	3,87	15,09	104,43	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	10,11	40,64	0,01
Итого			415	13,93	10,47	82,60	479,81	0,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	139	0,69	0,14	13,66	59,34	2,76
Итого			139	0,69	0,14	13,66	59,34	2,76
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	2,23	2,29	16,07	94,20	5,58
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (КУРИЦА) (куры потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, петрушка (зелень))	200	19,94	26,48	19,66	397,40	15,89
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	58	0,46	0,06	1,45	8,10	5,79
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	14,74	58,95	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	53	4,03	0,33	26,52	125,18	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	33	2,18	0,29	13,93	67,02	0,00
Итого			724	28,84	29,45	92,37	750,85	27,26
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	5,46	5,53	15,32	133,75	0,74
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	10,11	40,64	0,01
Итого			400	6,98	7,43	39,86	255,29	0,75
Всего				50,44	47,49	228,49	1 545,29	30,78