

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,42	4,10	12,67	105,88	0,56
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	6,77	9,00	34,75	247,66	0,56
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	156	0,78	0,16	15,44	67,08	3,12
Итого			156	0,78	0,16	15,44	67,08	3,12
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	150	3,75	3,11	12,00	91,34	5,24
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка цып-бр охл , масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная)	180	22,23	24,67	26,92	311,24	1,37
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	37	0,40	0,07	1,40	8,83	9,19
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)	63	4,80	0,39	31,54	148,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	31	2,08	0,28	13,32	64,10	0,00
Итого			611	33,26	28,52	96,25	668,60	15,80
Полдник								
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	4,29	3,89	13,86	108,19	0,56
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	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			320	5,82	5,85	35,72	219,58	0,56
Всего				46,63	43,53	182,16	1 202,92	20,04

Утверждаю

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

МЕНЮ
11 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,95	5,51	16,96	142,19	0,74
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,32	4,40	15,09	109,18	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,80	39,41	0,01
Итого			415	8,33	9,91	41,85	290,78	0,75
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	156	0,78	0,16	15,44	67,08	3,12
Итого			156	0,78	0,16	15,44	67,08	3,12
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	4,69	4,25	15,31	118,46	5,07
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка цып-бр охл , масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, морковь, лук репчатый, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	225	28,39	31,67	34,54	401,55	3,39
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	52	0,57	0,10	1,98	12,49	13,01
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,00	0,00	13,86	55,40	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	63	4,80	0,39	31,54	148,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	31	2,08	0,28	13,32	64,10	0,00
Итого			751	40,53	36,69	110,55	800,86	21,47
Полдник								
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	5,79	5,21	18,62	145,43	0,74
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,80	39,41	0,01
Итого			400	7,35	7,17	43,30	268,24	0,75
Всего				56,99	53,93	211,14	1 426,96	26,09