

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 июня 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 ГРЕЧНЕВОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	7,09	6,36	19,37	164,18	0,91
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
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,81	39,44	0,01
Итого			415	9,47	10,68	44,27	312,07	0,92
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,82	47,09	10,02
Итого			100	0,40	0,40	9,82	47,09	10,02
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ЧЕЧЕВИЦА) (картофель, чечевица, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	200	5,94	4,22	17,19	130,84	5,27
2008	297	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (говядина б/к, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	80	19,07	19,51	4,70	270,29	0,00
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	130	1,46	6,83	9,64	107,24	11,46
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,14	0,14	20,91	86,33	1,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	61	4,69	0,38	30,83	145,48	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	37	2,46	0,33	15,74	75,76	0,00
Итого			688	33,76	31,41	99,01	815,94	18,17
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	6,74	6,00	20,20	162,89	0,91
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	9,81	39,44	0,01
Итого			400	8,30	7,96	44,89	285,73	0,92
Всего				51,93	50,45	197,99	1 460,83	30,03

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 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	5,30	4,77	14,65	123,58	0,69
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	7,65	9,67	36,73	265,36	0,69
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,86	47,27	10,06
Итого			100	0,40	0,40	9,86	47,27	10,06
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ЧЕЧЕВИЦА) (картофель, чечевица, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))	150	4,57	3,15	13,12	99,36	5,24
2008	297	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (говядина б/к, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	60	14,46	14,47	4,12	204,25	0,00
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	110	1,22	5,97	8,13	92,19	9,66
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,12	0,12	18,08	74,57	1,21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	61	4,69	0,38	30,83	145,48	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	37	2,46	0,33	15,74	75,76	0,00
Итого			568	27,52	24,42	90,02	691,61	16,11
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	5,00	4,51	15,06	121,66	0,69
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	6,53	6,47	36,92	233,05	0,69
Всего				42,10	40,96	173,53	1 237,29	27,55