

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 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 ПШЕНО (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	6,28	5,90	20,24	160,23	0,83
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,32	5,14	15,10	115,93	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,04	0,00	7,82	31,45	0,01
Итого			335	8,64	11,04	43,16	307,61	0,84
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,83	47,17	10,04
Итого			100	0,40	0,40	9,83	47,17	10,04
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	1,95	2,24	13,44	81,98	4,99
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (КУРИЦА) (грудка цып-бр охл, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, петрушка (зелень))	175	15,84	24,33	16,19	277,41	13,50
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	70	0,76	0,14	2,63	16,63	17,33
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,12	0,12	20,26	83,31	1,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	66	5,04	0,41	33,12	156,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	48	3,18	0,42	20,35	97,90	0,00
Итого			659	26,89	27,66	105,99	713,53	37,02
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	100/15	3,27	4,92	21,80	144,65	0,09
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	240	6,75	5,82	11,17	125,71	1,25
Итого			355	10,02	10,74	32,97	270,36	1,34
Всего				45,95	49,84	191,95	1 338,67	49,24

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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 ПШЕНО (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	8,23	7,23	25,42	201,13	1,09
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)	180	0,06	0,00	10,78	43,29	0,01
Итого			415	10,61	11,55	51,29	352,87	1,10
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,79	46,96	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,96	9,99
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	2,57	2,33	17,73	102,39	5,99
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (КУРИЦА) (грудка цып-бр охл., сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, петрушка (зелень))	235	21,32	32,10	22,24	369,40	17,91
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	70	0,77	0,14	2,65	16,75	17,45
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,14	0,14	22,79	93,86	1,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	66	5,04	0,41	33,12	156,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	48	3,18	0,42	20,35	97,90	0,00
Итого			799	33,02	35,54	118,88	836,60	42,79
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	130/25	4,25	7,36	33,39	216,72	0,14
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	240	6,75	5,82	11,17	125,71	1,25
Итого			395	11,00	13,18	44,56	342,43	1,39
Всего				55,03	60,67	224,52	1 578,86	55,27