

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)</small>	150	5,57	5,45	17,25	141,21	0,79
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	35	2,32	5,14	15,10	115,93	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,04	0,00	7,82	31,45	0,01
Итого			335	7,93	10,59	40,17	288,59	0,80
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности)</small>	300	8,66	7,47	14,34	161,33	1,60
Итого			300	8,66	7,47	14,34	161,33	1,60
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ <small>(крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, картофель, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))</small>	150	2,44	2,50	14,19	89,15	3,76
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ <small>(грудка цып-бр охл, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)</small>	105	24,28	26,06	1,84	208,13	0,99
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа ячневая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)</small>	110	3,49	5,25	22,70	151,94	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(помидоры свежие)</small>	50	0,54	0,10	1,88	11,88	12,38
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ <small>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)</small>	150	0,12	0,12	18,33	75,56	1,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	46	3,05	0,40	19,50	93,82	0,00
Итого			651	36,97	34,68	98,51	725,21	18,33
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)</small>	150	5,48	5,89	15,03	136,01	0,79
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ <small>(печенье сахарное мука высш.сорт)</small>	20	1,46	1,90	14,43	80,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,04	0,00	7,82	31,45	0,01
Итого			320	6,98	7,79	37,28	248,36	0,80
Всего				60,54	60,53	190,30	1 423,49	21,53

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 июня 2026 г.
Сад 10,5

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, сахар песок)</small>	200	7,42	6,62	21,88	178,19	1,05
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	35	2,32	4,51	15,09	110,23	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,06	0,00	9,80	39,39	0,01
Итого			415	9,80	11,13	46,77	327,81	1,06
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности)</small>	300	8,66	7,47	14,34	161,33	1,60
Итого			300	8,66	7,47	14,34	161,33	1,60
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ <small>(картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень))</small>	200	2,99	2,52	17,66	105,44	4,97
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ <small>(грудка цып-бр охл, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)</small>	135	32,35	34,26	3,11	276,14	1,31
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа ячневая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)</small>	130	4,19	4,73	27,28	168,35	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(помидоры свежие)</small>	70	0,77	0,14	2,67	16,86	17,56
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ <small>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)</small>	180	0,14	0,14	20,94	86,46	1,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	46	3,05	0,40	19,50	93,82	0,00
Итого			801	46,54	42,44	111,23	841,80	25,28
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)</small>	200	7,11	7,14	17,95	165,76	1,05
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ <small>(печенье сахарное мука высш.сорт)</small>	20	1,46	1,90	14,43	80,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,06	0,00	9,80	39,39	0,01
Итого			400	8,63	9,04	42,18	286,05	1,06
Всего				73,63	70,08	214,52	1 616,99	29,00