

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ МАННАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	200	5,18	5,74	16,48	138,81	0,74
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,33	6,56	15,11	128,85	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,81	39,47	0,01
Итого			420	7,57	12,30	41,40	307,13	0,75
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	300	8,56	7,37	14,15	159,24	1,58
Итого			300	8,56	7,37	14,15	159,24	1,58
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	9,42	8,69	14,03	172,07	6,98
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	220	34,29	32,28	3,29	440,37	0,03
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	130	5,76	6,83	33,86	219,84	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	70	0,77	0,14	2,67	16,84	17,55
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,14	0,14	21,03	86,78	1,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	36	2,75	0,22	18,06	85,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	44	2,91	0,39	18,65	89,74	0,00
Итого			880	56,04	48,69	111,59	1 110,90	26,00
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, творог 9% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности)	130	3,26	6,55	21,36	157,55	0,20
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	300	8,56	7,37	14,15	159,24	1,58
Итого			430	11,82	13,92	35,51	316,79	1,78
Всего				83,99	82,28	202,65	1 894,06	30,11

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 июня 2026 г.

Ясли 10,5

Сборник рецептур	№ 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 МАННАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%)	150	4,06	5,92	13,84	125,24	0,56
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,34	8,44	15,13	145,85	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			340	6,44	14,36	36,79	302,54	0,57
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	300	8,56	7,37	14,15	159,24	1,58
Итого			300	8,56	7,37	14,15	159,24	1,58
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	150	7,95	7,92	10,65	145,81	5,27
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	160	26,05	24,84	3,47	341,28	0,03
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, соль йодированная)	110	4,91	8,55	28,79	211,70	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	50	0,54	0,10	1,88	11,88	12,38
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,12	0,12	18,33	75,56	1,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	36	2,75	0,22	18,06	85,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	44	2,91	0,39	18,65	89,74	0,00
Итого			700	45,23	42,14	99,83	961,23	18,88
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное крестьянское с м.д.ж. 72,5%, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, творог 9% жирности, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности)	90	2,58	5,42	12,35	108,64	0,14
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	300	8,56	7,37	14,15	159,24	1,58
Итого			390	11,14	12,79	26,50	267,88	1,72
Всего				71,37	76,66	177,27	1 690,89	22,75