

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ г. Керчи "Детский сад №14 "Кораблик"
Семенюк З.Ф./

МЕНЮ 30 января 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	404	СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	6,69	7,73	21,38	182,42	0,94
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,46	4,41	22,62	143,97	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,12	0,01	10,01	41,74	1,13
Итого			447	10,27	12,15	54,01	368,13	2,07
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	114	0,46	0,46	11,17	53,58	11,40
Итого			114	0,46	0,46	11,17	53,58	11,40
Обед								
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,57	2,98	8,38	67,57	5,18
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,48	4,94	14,06	113,51	14,15
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	160	24,33	24,13	5,81	337,58	1,76
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4,44	4,82	26,12	165,55	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			830	39,09	37,55	104,72	916,78	21,09
Полдник								
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	100	8,81	9,04	58,45	350,16	0,16
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,73	2,18	14,91	90,81	0,47
Итого			280	11,54	11,22	73,36	440,97	0,63
Всего				61,36	61,38	243,26	1 779,46	35,19

Бухгалтер _____ Шевченко А.А.

Диетическая медсестра _____ Махевская Е.А.

Повар _____ Тамбовцева Я.И.