

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 марта 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	5,43	5,04	15,99	131,57	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	2,92	10,54	18,92	182,31	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,38	2,85	14,55	98,35	0,58
Итого			430	11,73	18,43	49,46	412,23	1,36
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
Итого			80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
Обед								
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	60	0,99	2,98	5,61	54,11	2,38
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,52	3,77	12,07	88,59	4,82
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	12,18	12,06	2,90	168,81	0,88
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,51	6,90	38,64	250,70	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			740	29,47	26,39	109,57	794,78	8,08
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,91	4,44	0,27	60,68	0,00
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,41	4,83	7,27	78,59	3,74
2008		ПЕЧЕНЬЕ	60	4,50	5,88	44,64	250,20	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,10	0,00	9,93	40,71	0,63
Итого			360	10,92	15,15	62,11	430,18	4,37
Всего				52,44	60,29	228,98	1 674,79	21,81

Бухгалтер _____ Шевченко А.А.

Диетическая медсестра _____ Махевская Е.А.

Повар _____ Тамбовцева Я.И.