

Утверждаю

Заведующий  
МБДОУ г. Керчи «Детский сад №14 «Кораблик»  
Семенов З.Ф./



# МЕНЮ

13 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	404	СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	6,69	7,71	21,44	182,52	0,94
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,46	4,45	22,62	144,34	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,12	0,01	10,01	41,74	1,13
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>10,27</b>	<b>12,17</b>	<b>54,07</b>	<b>368,60</b>	<b>2,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	115	0,46	0,46	11,27	54,07	11,51
<b>Итого</b>			<b>115</b>	<b>0,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,27</b>	<b>54,07</b>	<b>11,51</b>
<b>Обед</b>								
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	80	1,57	2,99	8,44	67,88	5,19
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,40	4,97	13,29	110,80	13,76
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	160	24,33	24,16	5,80	337,97	1,77
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4,44	4,80	26,12	165,37	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
<b>Итого</b>			<b>830</b>	<b>39,01</b>	<b>37,60</b>	<b>104,00</b>	<b>914,59</b>	<b>20,72</b>
<b>Полдник</b>								
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	100	8,92	9,15	58,47	351,68	0,16
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,73	2,18	14,94	90,90	0,47
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>11,65</b>	<b>11,33</b>	<b>73,41</b>	<b>442,58</b>	<b>0,63</b>
<b>Всего</b>				<b>61,39</b>	<b>61,56</b>	<b>242,75</b>	<b>1 779,84</b>	<b>34,93</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Шевченко А.А.

Диетическая медсестра \_\_\_\_\_ Махевская Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Тамбовцева Я.И.