

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 марта 2026 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	404	СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	150	4,36	5,14	14,79	123,12	0,58
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,70	4,54	17,60	122,07	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3	0,07	0,00	8,02	32,92	0,56
Итого			350	7,13	9,68	40,41	278,11	1,14
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	85	0,34	0,34	8,34	39,98	8,51
Итого			85	0,34	0,34	8,34	39,98	8,51
Обед								
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	1,05	1,88	5,59	44,22	3,45
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,70	3,39	9,56	77,58	10,04
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	120	18,19	18,17	4,11	252,49	0,80
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,72	4,61	21,78	143,31	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,84	31,33	0,00
Итого			650	28,79	28,52	75,58	676,45	14,29
Полдник								
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	5,66	5,81	35,62	217,38	0,10
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,26	1,82	12,09	74,29	0,39
Итого			210	7,92	7,63	47,71	291,67	0,49
Всего				44,18	46,17	172,04	1 286,21	24,43

Бухгалтер _____ Шевченко А.А.

Диетическая медсестра _____ Махевская Е.А.

Повар _____ Тамбовцева Я.И.