

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ г. Керчи "Детский сад №14 "Кораблик"

/Семенюк З.Ф./



МЕНЮ

24 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	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ ПРОТЕРТЫЙ	150	5,18	5,04	15,71	129,69	0,62
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,70	4,35	17,60	120,29	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3	0,07	0,00	8,00	32,86	0,56
Итого			350	7,95	9,39	41,31	282,84	1,18
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	85	0,34	0,34	8,33	39,93	8,50
Итого			85	0,34	0,34	8,33	39,93	8,50
Обед								
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,77	1,52	3,92	33,35	2,20
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	150	2,01	3,64	12,56	93,21	8,92
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	60	15,89	4,84	5,51	128,84	0,59
2012	357	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	40	0,85	2,13	3,79	42,55	1,02
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,51	4,23	17,11	116,88	8,32
		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	7,82	31,26	0,00
Итого			610	26,16	16,83	77,41	573,59	21,05
Полдник								
2012	483	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	4,39	2,21	25,43	139,15	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
Итого			200	8,61	5,85	32,41	217,72	0,82
Всего				43,06	32,41	159,46	1 114,08	31,55

Бухгалтер _____ Шевченко А.А.

Диетическая медсестра _____ Махевская Е.А.

Повар _____ Тамбовцева Я.И.