

Утверждаю

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



МЕНЮ
26 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕННЫЙ)	150	4,33	4,10	14,34	112,23	0,55
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,70	4,35	17,60	120,29	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,86	2,39	12,22	82,63	0,48
Итого			340	9,89	10,84	44,16	315,15	1,03
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	0,38	0,08	7,53	32,67	1,52
Итого			75	0,38	0,08	7,53	32,67	1,52
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	25	0,20	0,03	0,43	3,25	1,25
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,90	3,42	17,19	111,29	4,46
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	60	5,34	9,81	7,07	60,68	0,44
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	3,01	4,27	12,57	102,58	26,33
		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	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0,01	0,00	14,93	59,71	0,00
Итого			565	15,59	18,00	78,89	465,03	32,48
Полдник								
2012	223	ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	6,25	12,06	1,17	138,22	0,09
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,76	3,58	3,10	47,84	2,81
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3	0,07	0,00	8,00	32,86	0,56
Итого			265	7,08	15,64	12,27	218,92	3,46
Всего				32,94	44,56	142,85	1 031,77	38,49

Бухгалтер _____ Шевченко А.А.

Диетическая медсестра _____ Махевская Е.А.

Повар _____ Тамбовцева Я.И.