

Утверждаю

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



# МЕНЮ

8 апреля 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   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |                                   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012              | 90            | СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ ПРОТЕРТЫЙ    | 150        | 4,00              | 4,09         | 15,13         | 114,00                        | 0,58          |
| 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          |
| <b>Итого</b>      |               |                                   | <b>340</b> | <b>9,56</b>       | <b>10,83</b> | <b>44,95</b>  | <b>316,92</b>                 | <b>1,06</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                      | 75         | 0,38              | 0,08         | 7,43          | 32,25                         | 1,50          |
| <b>Итого</b>      |               |                                   | <b>75</b>  | <b>0,38</b>       | <b>0,08</b>  | <b>7,43</b>   | <b>32,25</b>                  | <b>1,50</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |                                   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              |               | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                    | 25         | 0,20              | 0,03         | 0,43          | 3,25                          | 1,25          |
| 2012              | 81            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ       | 150        | 3,79              | 3,35         | 13,55         | 99,82                         | 4,49          |
| 2012              | 276           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ ПТИЦЫ | 140        | 16,61             | 15,65        | 16,36         | 273,37                        | 8,79          |
|                   |               | 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          |
| <b>Итого</b>      |               |                                   | <b>525</b> | <b>24,73</b>      | <b>19,50</b> | <b>64,86</b>  | <b>535,22</b>                 | <b>14,53</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |                                   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012              | 237           | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА              | 100        | 1,22              | 3,35         | 13,51         | 90,29                         | 0,00          |
| 2012              | 351           | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)           | 40         | 0,77              | 2,04         | 5,23          | 42,54                         | 0,10          |
| 2012              | 401           | РЯЖЕНКА                           | 150        | 4,22              | 3,64         | 6,11          | 78,57                         | 0,48          |
| <b>Итого</b>      |               |                                   | <b>290</b> | <b>6,21</b>       | <b>9,03</b>  | <b>24,85</b>  | <b>211,40</b>                 | <b>0,58</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |                                   |            | <b>40,88</b>      | <b>39,44</b> | <b>142,09</b> | <b>1 095,79</b>               | <b>17,67</b>  |

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Шевченко А.А.

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

Повар \_\_\_\_\_ Тамбовцева Я.И.