

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 апреля 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		
Завтрак								
2012	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ ПРОТЕРТЫЙ	200	6,90	6,68	21,04	172,94	0,83
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,46	4,41	22,62	143,97	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,10	0,00	9,93	40,71	0,64
Итого			430	10,46	11,09	53,59	357,62	1,47
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,76	46,80	9,96
Итого			100	0,40	0,40	9,76	46,80	9,96
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	180	2,91	4,40	16,74	120,51	14,32
2012	255	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	21,46	9,69	6,82	200,06	0,45
2012	357	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	60	1,31	3,20	5,66	63,96	1,58
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,15	5,25	21,37	145,86	10,38
		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
Итого			730	35,10	23,22	100,94	762,96	26,73
Полдник								
2012	458	ВАТРУШКИ	80	6,22	3,58	33,56	191,18	0,09
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			260	11,28	7,95	41,94	285,46	1,03
Всего				57,24	42,66	206,23	1 452,84	39,19

Бухгалтер _____ Шевченко А.А.

Диетическая медсестра _____ Махевская Е.А.

Повар _____ Тамбовцева Я.И.