

Утверждаю

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

# МЕНЮ

3 сентября 2026 г.

## Сад

| Бор-<br>ник<br>цеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                 | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|----------------------------|---------------------|------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                            |                     |                                    |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                    |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 012                        | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ<br>(ПШЕННЫЙ) | 200   | 5,73              | 5,42    | 18,93            | 148,32                                   | 0,73                  |
| 012                        | 1                   | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                | 50    | 3,46              | 4,41    | 22,62            | 143,97                                   | 0,00                  |
| 012                        | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                    | 180   | 3,57              | 2,97    | 15,01            | 102,16                                   | 0,58                  |
| го                         |                     |                                    | 430   | 12,76             | 12,80   | 56,56            | 394,45                                   | 1,31                  |
| II Завтрак                 |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 008                        | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                       | 100   | 0,50              | 0,10    | 9,90             | 43,00                                    | 2,00                  |
| го                         |                     |                                    | 100   | 0,50              | 0,10    | 9,90             | 43,00                                    | 2,00                  |
| Обед                       |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 008                        |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                     | 30    | 0,33              | 0,06    | 1,14             | 7,22                                     | 7,52                  |
| 012                        | 85                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ        | 200   | 4,37              | 4,67    | 26,06            | 163,89                                   | 12,17                 |
| 012                        | 260                 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ             | 80    | 9,44              | 0,58    | 7,19             | 71,98                                    | 0,83                  |
| 012                        | 336                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                    | 150   | 3,72              | 5,35    | 15,79            | 128,88                                   | 32,86                 |
|                            |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 40    | 2,96              | 0,24    | 19,47            | 91,89                                    | 0,00                  |
| 008                        |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 50    | 3,31              | 0,44    | 21,20            | 101,98                                   | 0,00                  |
| 012                        | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ          | 180   | 0,00              | 0,00    | 9,68             | 38,70                                    | 0,00                  |
| го                         |                     |                                    | 730   | 24,13             | 11,34   | 100,53           | 604,54                                   | 53,38                 |
| Полдник                    |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 012                        | 223                 | ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ          | 85    | 8,08              | 14,45   | 1,55             | 168,62                                   | 0,12                  |
| 012                        | 53                  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ                    | 60    | 0,80              | 3,11    | 4,80             | 51,26                                    | 5,53                  |
| 008                        |                     | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ               | 60    | 4,50              | 5,88    | 44,64            | 250,20                                   | 0,00                  |
| 012                        | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                      | 180   | 0,09              | 0,00    | 9,93             | 40,70                                    | 0,63                  |
| го                         |                     |                                    | 385   | 13,47             | 23,44   | 60,92            | 510,78                                   | 6,28                  |
| го                         |                     |                                    |       | 50,86             | 47,68   | 227,91           | 1 552,77                                 | 62,97                 |

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Шевченко А.А.

Диетсестра \_\_\_\_\_ Махевская Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Тамбовцева Я.И.