

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №76 Невского района
/ И.Е. Олейник /



МЕНЮ
25 марта 2025 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,46	7,04	10,20	70,38	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			415	12,66	17,84	50,80	350,38	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	194	0,00	0,00	20,42	83,61	0,00
Итого			194	0,00	0,00	20,42	83,61	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,55	2,74	12,24	95,40	6,65
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	18,10	7,92	7,27	174,53	13,03
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,38	6,83	13,27	123,85	9,11
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	170	0,76	0,00	33,16	135,76	0,19
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			717	30,09	18,48	92,84	663,64	30,98
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,52	8,91	15,94	218,79	0,20
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,89	2,28	6,44	38,61	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	196	5,88	3,92	9,60	96,92	1,08
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	88	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,40	7,10	28,80	132,00	0,00
Итого			494	29,49	22,41	68,28	524,32	16,58
Всего				72,24	58,73	232,34	1 621,95	48,56

Повар Ушакова

Ушакова Е.Ю.