

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



МЕНЮ

28 марта 2025 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,01	3,81	6,51	57,66	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			421	8,11	10,61	42,81	323,66	0,50
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	176	0,00	0,00	18,53	75,88	0,00
Итого			176	0,00	0,00	18,53	75,88	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,97	3,51	4,84	55,18	2,30
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	14,06	5,87	2,64	130,41	0,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,96	3,37	19,21	120,58	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			720	28,39	21,32	85,01	632,57	8,38
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	17,15	16,17	16,56	211,97	8,43
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	169,30	0,00
Итого			437	23,65	23,51	80,08	550,07	10,33
Всего				60,15	55,44	226,43	1 582,18	19,21

Повар Ушакова Ушакова Е.Ю.