

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
Олейник И.Е./**МЕНЮ**
1 декабря 2025 г.**Сад 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,62	2,99	18,81	107,53	4,81
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	5,93	6,35	30,96	205,22	0,42
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,30	1,80	9,44	63,70	0,39
Итого			425	9,85	11,14	59,21	376,45	5,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	169	0,85	0,17	17,12	72,88	3,39
Итого			169	0,85	0,17	17,12	72,88	3,39
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	1,71	3,44	11,88	85,52	3,19
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	11,54	10,62	10,17	182,33	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,87	2,71	19,43	114,17	9,13
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,07	0,06	16,35	66,48	0,59
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,16	0,45	7,56	39,07	0,00
Итого			691	19,45	17,48	77,29	545,57	14,91
Полдник								
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,93	3,67	5,94	104,28	0,26
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,54	2,99	11,44	83,47	8,35
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,62	51,10	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	19,78	79,12	4,77
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,95	3,48	28,10	159,42	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			555	22,92	12,84	80,38	533,89	13,68
Всего				53,07	41,63	234,00	1 528,79	37,60

Шеф повар (зав. производством) _____ Семёнова Ю.Д.