

Утверждаю

Заведующего  
ГБДОУ №76 Невского района Филиал  
(Олейник И.Е.)

# МЕНЮ

2 июня 2025 г.

## Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<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                       |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                    | 40     | 0,08              | 2,45    | 8,23             | 54,13                                    | 4,51                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                   | 205    | 6,42              | 6,96    | 31,72            | 215,84                                   | 0,51                  |
|                               | ТК№028              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ            | 180    | 2,68              | 2,19    | 9,79             | 70,20                                    | 0,47                  |
| Итого                         |                     |                                       | 425    | 9,18              | 11,60   | 49,74            | 340,17                                   | 5,49                  |
| II Завтрак                    |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 169    | 0,85              | 0,17    | 17,07            | 72,68                                    | 3,38                  |
| Итого                         |                     |                                       | 169    | 0,85              | 0,17    | 17,07            | 72,68                                    | 3,38                  |
| Обед                          |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№015              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                         | 50     | 0,40              | 0,00    | 1,30             | 7,00                                     | 2,00                  |
| 2012                          | 81                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200/10 | 0,84              | 3,02    | 6,30             | 55,90                                    | 3,07                  |
| 2012                          | 282                 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)   | 75     | 12,35             | 11,87   | 4,22             | 172,83                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 125                 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ          | 150    | 2,94              | 2,92    | 19,54            | 116,88                                   | 9,15                  |
|                               | ТК№042              | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                       | 180    | 0,07              | 0,06    | 16,52            | 67,28                                    | 0,63                  |
|                               | ТК №003             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 25     | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                       | 690    | 18,30             | 18,07   | 58,48            | 470,89                                   | 14,85                 |
| Полдник                       |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 263                 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ           | 80     | 10,34             | 3,39    | 0,08             | 71,88                                    | 0,24                  |
| 2008                          | 338                 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                | 130    | 2,72              | 3,14    | 11,78            | 86,96                                    | 8,53                  |
|                               | ТК№004              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 15     | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
|                               | ТК№022              | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ            | 180    | 0,00              | 0,00    | 19,78            | 79,10                                    | 4,77                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                    | 50     | 3,91              | 3,34    | 27,91            | 157,09                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№005              | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.                    | 100    | 2,80              | 2,50    | 4,50             | 56,50                                    | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                       | 555    | 19,77             | 12,37   | 64,05            | 451,53                                   | 13,84                 |
| Всего                         |                     |                                       |        | 48,10             | 42,21   | 189,34           | 1 335,27                                 | 37,56                 |

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.