

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

МЕНЮ
18 июля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,98	3,77	6,44	57,04	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	8,08	10,57	42,74	323,04	0,50
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	178	0,00	0,00	18,69	76,53	0,00
Итого			178	0,00	0,00	18,69	76,53	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,88	3,19	4,40	50,16	2,09
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,59	7,32	0,99	88,71	0,57
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	15,69	6,63	2,63	145,49	0,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	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	22	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			717	27,86	21,61	72,64	611,36	3,44
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	17,60	16,59	0,74	236,38	0,36
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	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			449	24,10	23,93	64,26	574,48	2,26
Всего				60,04	56,11	198,33	1 585,41	6,20

Повар Ушакова Ушакова Е.Ю.