

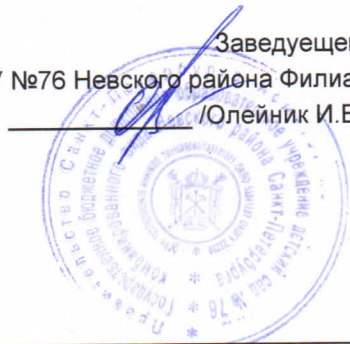
Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
/Олейник И.Е./

МЕНЮ

26 марта 2025 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,05	7,43	0,07	67,32	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,19	2,08	2,37	32,06	1,84
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	95	13,45	16,00	3,22	210,80	0,29
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,19	2,70	9,83	77,15	0,55
Итого			325	17,88	28,21	15,49	387,33	2,68
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	126	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			126	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,29	2,04	2,01	27,99	1,00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,05	4,98	10,10	103,64	4,10
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,56	5,17	4,48	103,57	0,09
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,63	4,91	10,39	92,14	4,39
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,31	0,07	14,74	61,38	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,34	0,16	8,55	41,42	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			535	16,18	17,33	50,27	430,14	9,58
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1,29	1,12	5,82	42,05	3,98
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/15	0,07	0,04	9,40	36,56	0,16
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			464	14,28	13,68	48,78	380,71	4,44
Всего				48,94	59,72	130,04	1 268,68	19,70

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.