

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 мая 2025 г.

Ясли 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	35	0,09	2,55	8,99	57,97	4,92
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,60	1,80	24,29	1,40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	14,79	17,03	3,55	227,04	0,32
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,43	2,81	11,43	85,51	0,60
Итого			365	19,21	23,99	25,77	394,81	7,24
II Завтрак								
	TKN№002	ГРУША СВЕЖАЯ	146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,27	5,67	7,13	99,32	8,01
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,64	15,41	3,55	215,56	0,98
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,14	4,41	23,23	153,05	0,00
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/15	0,08	0,04	8,92	34,76	0,16
Итого			601	26,76	25,69	52,34	549,52	10,75
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,50	13,67	12,07	229,44	16,66
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,38	30,92	0,00
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,03	0,00	5,33	22,12	0,62
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,13	9,25	29,74	218,36	0,00
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			490	21,46	25,54	58,02	557,34	17,58
Всего				68,03	75,72	151,63	1 572,17	38,57

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.