

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

МЕНЮ
30 мая 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,86	3,16	7,86	74,52	0,00
2008	190	КАША ИЗ РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,14	7,10	44,06	275,33	0,78
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			410	12,20	13,06	65,52	426,85	1,28
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	112	0,52	0,43	13,43	61,10	2,60
Итого			112	0,52	0,43	13,43	61,10	2,60
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,95	3,45	1,79	54,26	2,26
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,13	4,83	10,97	110,21	5,66
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	175	7,31	10,44	11,57	234,03	10,35
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	40	0,84	1,68	2,52	31,33	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			720	18,41	21,59	72,35	639,83	90,27
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,30	8,40	28,90	242,00	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	2,30	10,85	46,08	218,40	0,00
Итого			457	8,32	19,35	85,40	508,40	6,20
Всего				39,45	54,43	236,70	1 636,18	100,35

Повар Ушакова Е.Ю. Ушакова Е.Ю.