

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
Олейник И.Е./**МЕНЮ**
16 февраля 2026 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	3,78	3,44	10,02	86,87	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	150	7,75	7,38	37,35	247,60	0,65
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
Итого			380	14,70	13,30	60,39	389,72	1,24
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	193	2,68	4,80	12,55	87,13	1,06
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	92	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			285	3,58	5,00	20,65	130,13	61,06
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,39	1,05	1,21	15,78	4,95
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	3,03	2,89	19,99	118,44	2,61
2024	ТК № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	70	9,99	13,73	12,94	219,01	2,02
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			695	18,29	20,67	95,54	656,31	9,58
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	13,32	9,51	22,65	236,94	10,71
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,54	0,60	10,02	51,80	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	195/6	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,72	3,94	38,39	207,76	0,00
Итого			481	19,78	14,06	79,28	531,41	11,86
Всего				56,35	53,03	255,86	1 707,57	83,74

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.