

Утверждаю
Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
Юлейник И.Е./



МЕНЮ

18 марта 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,32	2,79	16,08	93,65	4,39
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,16	4,19	25,37	156,49	0,49
2024	TK № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	197	5,51	4,92	8,87	111,17	0,00
Итого			577	14,16	14,38	63,34	416,56	5,40
II Завтрак								
2024	TK № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	182	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
2024	TK № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	90	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			272	3,76	5,24	22,14	135,67	38,60
Обед								
2024	TK № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2024	TK № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	1,04	1,76	7,41	49,88	4,24
2024	TK № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	10,99	7,00	5,62	135,14	0,16
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,81	2,71	12,28	85,48	9,86
2024	TK № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,65	0,23	10,60	50,99	0,00
Итого			654	17,18	11,84	51,20	387,86	19,42
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,97
2024	TK № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	32,23	19,00	29,69	427,40	0,35
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	171	0,85	0,17	17,27	73,52	3,42
2024	TK № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,54	0,60	10,02	51,80	0,00
Итого			421	36,51	21,77	65,48	612,28	4,74
Всего				71,61	53,23	202,16	1 552,37	68,16

Шеф повар (зав. производством)



Семёнова Ю.Д.