

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
Юлейник И.Е./**МЕНЮ**
16 марта 2026 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								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,16	1,71	7,68	55,15	0,03
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	130	3,96	5,32	19,07	139,94	0,42
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
Итого			300	7,52	8,85	38,58	255,48	0,84
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	160	4,48	4,00	7,22	90,42	0,00
2024	48	АПЕЛЬСИН	89	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			249	5,34	4,19	14,92	131,27	57,00
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	40	0,36	2,14	0,78	24,56	3,59
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	3,84	3,26	25,60	147,47	3,72
2011	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	60	8,26	13,50	11,72	201,43	1,65
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,41	3,60	10,69	101,14	6,48
2024	37	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,09	0,07	9,03	30,35	0,45
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,15	0,22	10,60	50,98	0,00
Итого			561	16,11	22,79	68,42	555,93	15,89
Полдник								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	33	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	15,63	7,87	28,08	254,38	1,13
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,18	0,46	7,68	39,71	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	39	ПРЯНИКИ	28	1,65	1,32	21,00	102,48	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,70
Итого			493	21,79	12,23	69,75	478,87	11,85
Всего				50,76	48,06	191,67	1 421,55	85,58

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.