

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
Олейник И.Е./**МЕНЮ**
21 октября 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	35	3,77	3,09	12,58	93,83	0,06
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,75	6,41	29,94	200,11	0,51
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,62	2,23	9,31	68,34	0,49
Итого			420	12,14	11,73	51,83	362,28	1,06
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	163	0,82	0,16	16,49	70,20	3,27
Итого			163	0,82	0,16	16,49	70,20	3,27
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,73	2,85	12,38	98,61	6,65
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	19,08	8,00	2,70	180,83	14,47
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,51	4,18	13,95	109,18	9,87
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,38	0,08	16,55	69,07	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			706	29,12	15,35	59,60	525,89	32,99
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	99	18,96	12,01	12,07	237,63	0,20
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,95	2,27	7,64	54,99	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
	ТК№021	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	97	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,01	7,19	30,10	200,78	0,00
Итого			505	30,72	25,67	67,11	630,30	16,63
Всего				72,80	52,91	195,03	1 588,67	53,95

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.