Утверждаю

Заведуещего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
_____/Олейник И.Е./

МЕНЮ

21 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	2,75	2,66	6,21	60,37	0,05
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,77	6,41	23,33	170,11	0,51
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,13	2,67	9,07	73,59	0,58
Итого			**360**	**10,65**	**11,74**	**38,61**	**304,07**	**1,14**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	144	0,00	0,00	12,96	57,60	0,00
Итого			**144**	**0,00**	**0,00**	**12,96**	**57,60**	**0,00**
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,73	3,63	11,85	103,44	6,47
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,89	6,75	1,82	129,16	9,07
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,31	6,22	13,11	122,68	8,82
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,24	0,05	12,71	52,66	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,36	0,16	8,48	40,80	0,00
Итого			**575**	**20,83**	**16,81**	**48,97**	**454,34**	**25,96**
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	13,66	8,95	11,78	186,15	0,14
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	ТК№021	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	98	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,87	6,48	29,71	192,39	0,00
Итого			**378**	**22,73**	**18,63**	**56,29**	**490,74**	**16,14**
Всего				**54,21**	**47,18**	**156,83**	**1 306,75**	**43,24**

Шеф повар (зав. производством) _____ Семёнова Ю.Д.