

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
Олейник И.Е./

МЕНЮ

22 октября 2025 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,21	8,70	7,60	113,65	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,16	2,04	2,33	31,43	1,80
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	95	13,42	16,06	3,25	211,44	0,29
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,34	2,79	9,98	79,36	0,56
Итого			335	19,13	29,59	23,16	435,88	2,65
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,29	1,86	1,94	26,00	0,94
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,10	5,76	10,46	116,23	4,10
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,87	5,83	6,88	129,53	0,10
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,78	4,84	11,16	95,22	4,80
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,24	0,05	12,68	52,60	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,34	0,16	8,55	41,42	0,00
Итого			545	19,62	18,50	51,67	461,00	9,94
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,32	1,23	5,82	43,39	3,89
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,16	0,45	7,52	38,85	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/15	0,08	0,04	9,88	38,42	0,16
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			470	14,46	14,12	50,42	392,16	4,35
Всего				53,81	62,71	140,75	1 359,54	19,94

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.