

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

МЕНЮ

18 февраля 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	1,31	3,12	15,97	96,10	4,40
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,63	4,66	26,04	165,30	0,57
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
Итого			380	9,11	10,26	55,03	316,65	5,49
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	194	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			294	3,76	5,24	22,14	135,67	38,60
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	1,05	1,92	7,45	51,47	4,26
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	12,24	7,64	5,84	147,65	0,18
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,96	2,92	12,60	89,18	9,93
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,65	0,23	10,60	50,99	0,00
Итого			666	18,59	12,85	51,78	405,66	19,53
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,97
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	190	34,38	20,12	30,08	448,14	0,37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,51	0,59	9,81	50,72	0,00
Итого			440	38,68	22,89	66,57	635,82	4,94
Всего				70,14	51,24	195,52	1 493,80	68,56

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.