

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
/Олейник И.Е./**МЕНЮ**
23 декабря 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	4,23	3,68	12,58	101,21	0,07
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,02	6,77	31,25	206,59	0,55
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,73	2,32	9,50	70,36	0,51
Итого			420	11,98	12,77	53,33	378,16	1,13
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	186	0,93	0,19	18,79	80,00	3,72
Итого			186	0,93	0,19	18,79	80,00	3,72
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,59	2,87	17,04	118,73	6,60
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	205	27,06	9,88	22,50	315,61	19,32
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,42	0,09	17,87	74,75	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,16	0,45	7,57	39,15	0,00
Итого			689	36,40	13,62	77,57	612,01	30,92
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	80	12,71	4,16	2,15	96,88	0,98
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,75	4,08	18,55	122,41	8,99
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,08	0,08	9,43	39,17	0,75
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,38	30,92	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,58	1,67	26,52	139,35	0,11
Итого			455	21,12	10,11	63,03	428,73	10,83
Всего				70,43	36,69	212,72	1 498,90	46,60

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.