

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №76 Невского района
/И.Е. Олейник/**МЕНЮ**
19 июня 2026 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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,03	0,44	10,88	41,66	1,93
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,33
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,16
Итого			312	4,69	6,32	44,04	212,57	2,42
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	161	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
2012	368	АПЕЛЬСИН	81	0,73	0,16	6,54	34,73	48,46
Итого			242	4,43	4,41	13,14	108,23	49,65
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	18/30	2,21	3,65	1,71	54,18	0,80
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	35	4,02	6,58	6,61	82,08	0,04
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,19	1,89	7,53	54,71	6,98
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	12,11	48,27	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,98	0,44	7,72	39,30	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,62	0,12	5,72	27,53	0,00
Итого			551	13,58	19,09	55,13	425,97	13,02
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	32	0,42	0,03	1,59	8,45	0,00
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	45	4,41	4,76	10,43	103,50	0,29
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	105	1,97	3,46	10,26	97,09	6,22
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	154	0,00	0,00	16,15	66,15	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	1,72	0,75	11,92	104,04	0,08
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,62	0,12	5,72	27,53	0,00
Итого			390	9,14	9,12	56,07	406,76	6,59
Всего				31,84	38,94	168,38	1 153,53	71,68

Повар _____ Ушакова Е.Ю.