

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 июля 2025 г.

Если 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	0,03	5,16	0,05	46,75	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,19	7,61	21,47	175,65	0,51
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,52	2,82	11,55	86,46	0,60
Итого			360	8,74	15,59	33,07	308,86	1,11
II Завтрак								
	ТК№020	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,27	46,88	4,99
Итого			100	0,40	0,30	10,27	46,88	4,99
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	31	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,62	5,64	4,85	87,01	1,78
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,73	0,44	0,34	52,02	0,44
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,99	1,19	14,65	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	0,65	3,54	1,08	39,00	0,12
	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/6	0,03	0,00	4,89	19,65	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
Итого			572	17,93	10,74	21,55	258,53	3,14
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	11,67	12,22	7,52	189,47	0,66
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,03	0,02	5,55	22,60	0,14
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	55	4,59	9,08	15,88	163,25	0,75
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			490	19,09	23,82	33,45	431,82	1,85
Всего				46,16	50,45	98,34	1 046,09	11,09

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.