

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
Олейник И.Е./**МЕНЮ**
3 июля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,04	7,12	0,07	64,53	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,98	7,64	25,15	193,97	0,54
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,71	2,20	9,98	71,18	0,47
Итого			415	8,73	16,96	35,20	329,68	1,01
II Завтрак								
	ТК№020	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,02	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,30	47,02	5,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	39	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,70	6,13	4,74	91,36	1,82
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	16,85	0,64	0,48	74,75	0,63
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,76	1,24	15,27	0,01
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	0,67	3,38	1,11	37,72	0,12
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,03	0,00	5,76	23,15	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			718	23,62	11,11	24,83	299,75	3,59
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,17	13,95	11,43	230,40	0,68
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,07	0,05	7,69	31,76	0,36
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,06	3,75	26,01	153,85	0,12
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			550	21,10	20,25	49,63	472,51	1,46
Всего				53,85	48,62	119,96	1 148,96	11,06

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.