

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
/Олейник И.Е./**МЕНЮ**
4 марта 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	1,32	2,70	16,14	93,10	4,43
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,29	4,46	25,45	159,86	0,51
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
Итого			380	8,78	9,64	54,61	308,21	5,46
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	181	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	89	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			270	3,76	5,24	22,14	135,67	38,60
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	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	1,90	7,42	51,32	4,30
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	11,35	7,41	5,70	140,89	0,16
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,87	2,77	12,42	86,94	9,89
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			656	17,61	12,45	51,43	396,51	19,51
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,97
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	32,60	19,27	29,74	431,64	0,35
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	179	0,89	0,18	18,04	76,79	3,57
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,54	0,60	10,02	51,80	0,00
Итого			429	36,92	22,05	66,30	619,79	4,89
Всего				67,07	49,38	194,48	1 460,18	68,46

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.