

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
/Олейник И.Е./**МЕНЮ**
24 апреля 2026 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,33	2,86	16,23	94,90	4,43
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	6,03	6,35	30,19	202,47	0,49
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	6,10	24,78	0,02
Итого			360	7,47	9,21	52,52	322,15	4,94
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	185	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Итого			185	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	47	0,61	0,05	2,30	12,19	93,75
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	3,46	5,06	6,52	89,17	3,68
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,49	9,26	9,97	165,16	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,11	9,26	22,40	189,34	10,55
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			662	19,38	23,85	66,33	564,79	107,98
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	8,27	5,89	8,84	121,45	0,17
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,74	4,24	22,18	138,05	11,20
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,95	0,76	12,70	65,67	0,00
2024	ТК № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ)	179	0,00	0,00	18,51	74,04	0,00
2024	ТК № 42	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			439	15,21	13,83	84,55	524,31	11,37
Всего				44,99	51,89	216,89	1 502,14	125,69

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.