

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №76 Невского района Филиал
Олейник И.Е./**МЕНЮ**
26 декабря 2025 г.**Ясли 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,67	3,30	10,02	85,15	0,06
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,52	6,54	20,90	161,24	0,58
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,01	3,28	8,66	77,01	0,56
Итого			360	11,20	13,12	39,58	323,40	1,20
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,51	2,82	2,99	39,23	1,40
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,76	5,24	11,02	110,70	5,71
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	11,97	12,02	25,20	257,03	11,88
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,75	1,30	15,39	0,01
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,81	0,05	12,81	55,61	0,26
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,16	8,50	41,30	0,00
Итого			540	19,65	21,04	61,82	519,26	19,26
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	125	6,79	10,11	23,80	213,49	0,14
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,08	0,00	5,03	20,76	0,37
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,38	30,92	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	7,15	4,85	22,66	163,51	0,04
Итого			401	15,62	15,18	59,77	440,68	5,55
Всего				47,07	49,84	176,67	1 353,84	29,01

Шеф повар (зав. производством)

Семёнова Ю.Д.