

03.06.2026

ЯСЛИ

Сбор- ник рецеп- тур	№ тех. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углев. г		
ЗАВТРАК								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНО-РИСОВОЕ	150	16,48	12,98	23,54	279,98	0,29
2012	354	СОУС СМЕТАННО-МОЛОЧНЫЙ	40	0,96	2,93	11,29	82,60	0,12
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,42	2,58	11,60	79,97	0,41
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	5,7	15,93	162,9	0
Итого			405	22,14	24,19	62,34	566,81	0,82
II ЗАВТРАК								
2008	442	БАНАН	100	1,2	0,4	17,4	80,64	8,4
Итого			100	1,2	0,4	17,4	80,64	8,4
ОБЕД								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ И СМЕТАНОЙ	150	5,2	5,3	10,5	112	10,91
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	160	5,6	3,9	25,3	159	12,13
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	20	3,19	1,56	0,56	29,17	0,69
2012	401	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,4	0	13,5	56	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			520	22,7	22,5	75,4	599,17	23,81
ПОЛДНИК								
2008	467	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	5,0	4,6	30,6	184	0,1
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1	0	8,1	33	0,41
Итого			200	5,1	4,6	38,7	217	0,51
УЖИН								
2008	190	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	200	6,36	6,4	28,94	199,47	10,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,10	0	8,14	33,51	1,6
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,25	1,57	15,91	8711	0
Итого			410	8,71	7,97	52,99	320,09	12,31
Всего			1635	56,12	56,01	226,77	1680,66	44,82

САД

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углев. г		
ЗАВТРАК								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНО-РИСОВОЕ	160	18,53	14,4	27,38	313,58	0,31
2012	354	СОУС СМЕТАННО-МОЛОЧНЫЙ	50	1,06	3,53	12,29	82,60	0,12
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,0	3,21	12,34	79,97	0,51
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,28	7,17	15,92	162,9	0
Итого			425	24,87	27,95	67,93	636,81	0,94
II ЗАВТРАК								
2008	442	БАНАН	100	1,2	0,4	17,4	80,64	8,4
Итого			100	1,2	0,4	17,4	80,64	8,4
ОБЕД								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ И СМЕТАНОЙ	180	5,2	7,14	10,5	112	10,91
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	180	11,25	12,67	25,3	159	12,13
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	30	3,55	1,56	0,56	29,17	0,69
2012	401	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0	13,5	56	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			620	24,27	22,5	75,4	599,17	23,81
ПОЛДНИК								
2008	467	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	5,0	4,6	30,6	184	0,1
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	8,1	33	0,41
Итого			250	5,1	4,6	38,7	217	0,51
УЖИН								
2008	190	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	220	6,36	6,4	28,94	199,47	10,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,10	0	8,14	33,51	1,6
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,25	1,57	15,91	8711	0
Итого			450	8,71	7,97	52,99	320,55	12,31
Всего			1845	56,12	56,01	226,77	1854,14	44,82