

08.06.2026

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								
2012	416	КАША МАННАЯ С М/СЛ	150	7,1	7,6	27,7	168,2	0,2
К/К	К/К	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ С САХАРОМ	180	2,4	1,6	18,1	126,1	0,1
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С М/СЛ	30/5	2,3	5,5	14,5	122,4	0
Итого			365	11,8	14,7	60,3	416,7	0,3
II ЗАВТРАК								
2008	442	СОК	100	0,8	0,2	13,3	65	3,0
Итого			100	0,8	0,2	13,3	65	3,0
ОБЕД								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	5,5	7,9	11,5	139,7	4,7
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛ.	110	3	3,1	28,1	166,3	0
2008	321	СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	60	9,5	13,9	1,0	148,1	0,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,4	0	12,5	56,2	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	13,5	80,1	0
Итого			510	21	25,2	66,6	590,4	5,2
ПОЛДНИК								
2008	451	ПИРОГ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	6,5	5,7	28,5	210,1	5,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1	0	7,8	31,2	0,1
Итого			210	6,6	5,7	36,3	241,3	5,7
УЖИН								
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	190	3,8	6,5	25,4	214,8	25,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	7,8	31,1	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	1,5	14,5	86,3	0
Итого			400	6,1	8,1	47,7	332,2	25,7
Всего			1585	46,2	53,9	225,2	1645,6	39,9

САД

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углев. г		
ЗАВТРАК								
2012	416	КАША МАННАЯ С М/СЛ	180	8,5	9,1	33,7	182,8	0,3
К/К	К/К	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ С САХАРОМ	200	2,9	1,8	20,1	140,1	0,2
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С М/СЛ	30/5	2,3	5,5	14,5	122,4	0
Итого			415	13,7	16,4	68,3	445,3	0,5
II ЗАВТРАК								
2008	442	СОК	100	0,8	0,2	15,3	65	3
Итого			100	0,8	0,2	15,3	65	3
ОБЕД								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,6	9,5	14,2	187,6	5,2
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛ.	130	3,4	3,4	35,5	195,5	0
2008	321	СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	70	10,8	15,5	1,3	172,8	0,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0	13,5	67,4	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,7	98,5	0
Итого			610	32,4	28,8	85,2	713,4	5,7
ПОЛДНИК								
2008	451	ПИРОГ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	6,5	5,7	28,5	210,1	5,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	8,1	41,6	0
Итого			260	6,7	5,7	36,6	251,7	5,7
УЖИН								
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	220	3,9	7,5	28,4	231,3	25,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	7,9	47,7	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	1,5	14,5	86,3	0
Итого			450	6,2	8,0	50,6	365,3	25,7
Всего			1835	59,8	60,1	256,2	1840,7	40,6