

10.06.2026

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		
<b>ЗАВТРАК</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	130	19,8	14	20,7	269,2	0,3
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	1,5	3,2	9,9	82,3	0,1
К/К	К/К	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ С САХАРОМ	180	2,4	1,6	18,1	126,2	0,1
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С М/СЛ	30/5	2,3	5,5	14,5	122,4	0
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>26,0</b>	<b>24,3</b>	<b>63,2</b>	<b>600,1</b>	<b>0,5</b>
<b>II ЗАВТРАК</b>								
2008	442	МАНДАРИН	100	1,2	0,4	17,4	80,6	8,4
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,2</b>	<b>0,4</b>	<b>17,4</b>	<b>80,6</b>	<b>8,4</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	7	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	35	0,9	2,7	4,4	10,9	9,5
2012	73	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ И СМЕТАНОЙ	150	5,2	5,3	10,5	130,6	9,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	120	5,6	3,9	25,3	204,4	0
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
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>22,7</b>	<b>22,5</b>	<b>75,4</b>	<b>482,2</b>	<b>20,6</b>
<b>ПОЛДНИК</b>								
2012	485	БУЛОЧКА ВИТУШКА	50	5,0	4,6	30,6	184,2	0,1
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1	0	8,1	33,4	0,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,1</b>	<b>4,6</b>	<b>38,7</b>	<b>217,6</b>	<b>0,5</b>
<b>УЖИН</b>								
2008	190	КАША «ДРУЖБА»	160	6,4	6,4	28,9	199,6	10,7
2008	236	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1/2	30	6,5	5,8	0,4	80,1	0
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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>15,2</b>	<b>13,7</b>	<b>51,6</b>	<b>397,1</b>	<b>10,8</b>
<b>Всего</b>			<b>1570</b>	<b>70,2</b>	<b>65,5</b>	<b>246,3</b>	<b>1777,6</b>	<b>40,8</b>

## САД

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		
<b>ЗАВТРАК</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	150	21,8	15,6	21,1	289,7	0,3
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	40	1,7	3,9	10,9	109,7	0,1
К/К	К/К	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ С САХАРОМ	200	1,9	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
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>28,6</b>	<b>29,5</b>	<b>66,6</b>	<b>661,9</b>	<b>0,9</b>
<b>II ЗАВТРАК</b>								
2008	442	МАНДАРИН	100	1,2	0,4	17,4	80,6	8,3
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,2</b>	<b>0,4</b>	<b>17,4</b>	<b>80,6</b>	<b>8,3</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	7	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,5	0,1	5,1	11,1	11,2
2012	73	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ И СМЕТАНОЙ	180	6,1	7,2	14,7	149,2	5,7
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	180	10,9	12,1	37,9	306,5	21,3
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0	14,9	67,4	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	16,8	98,5	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>21,1</b>	<b>19,8</b>	<b>89,4</b>	<b>632,7</b>	<b>38,3</b>
<b>ПОЛДНИК</b>								
2012	485	БУЛОЧКА ВИТУШКА	60	5,8	5,1	36,7	223,6	0,11
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1	0	9,8	31,6	0,01
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>5,9</b>	<b>5,1</b>	<b>46,5</b>	<b>255,2</b>	<b>0,12</b>
<b>УЖИН</b>								
2008	190	КАША «ДРУЖБА»	190	6,8	6,4	32,1	212,5	10,7
2008	236	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1/2	30	6,5	5,8	0,4	80,2	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	8,6	47,7	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	1,5	14,5	86,3	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>15,6</b>	<b>13,7</b>	<b>55,6</b>	<b>426,6</b>	<b>12,31</b>
<b>Всего</b>			<b>1865</b>	<b>72,4</b>	<b>68,5</b>	<b>275,5</b>	<b>2057,1</b>	<b>44,82</b>