

18.06.2026

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	415	КАША РИСОВАЯ	150	5,66	6,30	27,34	189,46	0,53
2012	397	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,53	2,67	11,49	80,95	0,42
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,26	5,82	15,78	124,84	0
Итого			365	10,45	14,79	54,61	395,25	0,95
II ЗАВТРАК								
2008		СОК	100	1,2	0,4	10,4	43,3	8,3
Итого			100	1,2	0,4	10,4	43,3	8,3
ОБЕД								
208	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ КУР	180	5,07	7,09	8,92	122,24	10,99
2012	298	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ ИЗ МЯСА КУР	140	1,21	3,09	7,13	61,07	3,34
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	20	10,13	14,49	14,03	229,87	0,33
2008	401	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,38	0,05	13,53	56,41	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,53	0,34	16,23	78,07	0
Итого			530	19,32	25,06	59,84	551,77	14,74
ПОЛДНИК								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,23	1,55	15,74	86,17	0
2008	14	СЫР ПОРЦИОННО	20	6,08	7,73	0	95,39	0,18
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,09	0	7,89	32,44	0,54
Итого			200	8,4	9,28	23,63	214	0,72
УЖИН								
2012	268	РЫБА ПО ДОМАШНЕМУ	160	13,47	8,66	25	167,04	0,44
2012	34	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	30	0,82	0,06	1,74	50,67	1,10
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,23	1,55	15,74	120,17	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0	7,79	47,35	0,01
Итого			400	16,58	10,27	27,77	385,23	1,55
Всего			1595	54,97	59,62	171,35	1450,52	23,57

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		
ЗАВТРАК								
2012	415	КАША РИСОВАЯ	180	5,66	6,30	27,34	229,46	0,62
2012	397	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	2,53	2,67	11,49	91,95	0,52
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,26	5,82	15,78	142,84	0
Итого			415	10,45	16,79	58,61	465,25	1,14
II ЗАВТРАК								
2008	442	СОК	100	1,2	0,4	10,4	43,3	8,3
Итого			100	1,2	0,4	10,4	43,3	8,3
ОБЕД								
208	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ КУР	180	5,07	7,09	8,92	122,24	10,99
2012	298	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ ИЗ МЯСА КУР	160	1,21	3,09	7,13	172,19	3,34
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	10,13	14,49	14,03	286,45	0,33
2008	401	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,38	0,05	13,53	56,41	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,53	0,34	16,23	99,07	0
Итого			600	23,49	25,06	74,77	672,37	14,74
ПОЛДНИК								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,23	1,55	15,74	86,17	0
2008	14	СЫР ПОРЦИОННО	30	7,08	7,73	0	111,39	0,18
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,09	0	7,89	32,44	0,54
Итого			260	9,4	10,56	23,55	229,55	0,72
УЖИН								
2012	268	РЫБА ПО ДОМАШНЕМУ	180	13,47	8,66	25	167,04	1,2
2012	34	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	40	0,82	0,06	1,74	50,67	1,43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,23	1,55	15,74	120,17	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0	7,79	47,35	0,01
Итого			450	16,58	10,27	30,04	385,23	2,46
Всего			1825	54,97	59,62	171,35	1850,52	27,57