

**19.01.2026**

**ЯСЛИ**

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углев. г		
<b>ЗАВТРАК</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>11,8</b>	<b>14,7</b>	<b>60,3</b>	<b>416,7</b>	<b>0,3</b>
<b>II ЗАВТРАК</b>								
2008	442	СОК	100	0,8	0,2	13,3	65	3,0
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>13,3</b>	<b>65</b>	<b>3,0</b>
<b>ОБЕД</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>21</b>	<b>25,2</b>	<b>66,6</b>	<b>590,4</b>	<b>5,2</b>
<b>ПОЛДНИК</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>6,6</b>	<b>5,7</b>	<b>36,3</b>	<b>241,3</b>	<b>5,7</b>
<b>УЖИН</b>								
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>6,1</b>	<b>8,1</b>	<b>47,7</b>	<b>332,2</b>	<b>25,7</b>
<b>Всего</b>			<b>1585</b>	<b>46,2</b>	<b>53,9</b>	<b>225,2</b>	<b>1645,6</b>	<b>39,9</b>

## САД

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углев. г		
<b>ЗАВТРАК</b>								
2012	416	КАША МАННАЯ С М/СЛ	180	8,5	9,1	33,7	182,8	0,3
K/K	K/K	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
<b>Итого</b>				<b>415</b>	<b>13,7</b>	<b>16,4</b>	<b>68,3</b>	<b>445,3</b>
<b>II ЗАВТРАК</b>								
2008	442	СОК	100	0,8	0,2	15,3	65	3
<b>Итого</b>				<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,3</b>	<b>65</b>
<b>ОБЕД</b>								
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
<b>Итого</b>				<b>610</b>	<b>32,4</b>	<b>28,8</b>	<b>85,2</b>	<b>713,4</b>
<b>ПОЛДНИК</b>								
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
<b>Итого</b>				<b>260</b>	<b>6,7</b>	<b>5,7</b>	<b>36,6</b>	<b>251,7</b>
<b>УЖИН</b>								
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	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
<b>Итого</b>				<b>450</b>	<b>6,2</b>	<b>8,0</b>	<b>50,6</b>	<b>365,3</b>
<b>Всего</b>				<b>1835</b>	<b>59,8</b>	<b>60,1</b>	<b>256,2</b>	<b>1840,7</b>
								<b>40,6</b>