

31.03.2026

## 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	39	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	30	1,7	0	1,3	31,1	0,8
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	7,1	11,1	3,9	161,7	0,4
2012	397	КАКАО НА МОЛОКЕ С САХАРОМ	180	3,1	2,6	11,6	118,4	0,4
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>14,2</b>	<b>21,0</b>	<b>32,7</b>	<b>433,6</b>	<b>1,6</b>
<b>II ЗАВТРАК</b>								
2008	442	МАНДАРИН	100	0,4	0,4	9,6	47	9,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,6</b>	<b>47</b>	<b>9,8</b>
<b>ОБЕД</b>								
2012	7	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАН.	50	0,9	2,7	4,4	47,1	9,5
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ	150	5,2	5,3	15,5	150,2	9,5
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ С М/СЛ	120	5,6	3,9	25,3	141,3	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	8	10,2	4,6	125,6	1,5
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>570</b>	<b>22,7</b>	<b>22,5</b>	<b>80,4</b>	<b>600,5</b>	<b>20,6</b>
<b>ПОЛДНИК</b>								
2012	485	БУЛОЧКА К ЧАЮ	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>								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С М/СЛ	160	3,8	5,1	22,2	191,2	10,7
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,3	0	0,5	14,2	1,6
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>6,5</b>	<b>6,7</b>	<b>46,5</b>	<b>322,8</b>	<b>12,4</b>
<b>Всего</b>			<b>1635</b>	<b>48,9</b>	<b>55,2</b>	<b>202,9</b>	<b>1621,5</b>	<b>44,9</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	39	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	50	2,8	0,1	3	51,8	1,9
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	7,4	13,1	4,4	187,6	0,5
2012	397	КАКАО НА МОЛОКЕ С САХАРОМ	200	3,3	3,2	12,4	131,1	0,7
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>15,8</b>	<b>21,9</b>	<b>35,8</b>	<b>492,9</b>	<b>3,1</b>
<b>II ЗАВТРАК</b>								
2008	442	МАНДАРИН	100	0,4	0,4	9,6	47	9,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,6</b>	<b>47</b>	<b>9,8</b>
<b>ОБЕД</b>								
2012	7	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАН.	60	1,2	3	5,1	56,6	11,6
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ	180	6,1	7,0	18,6	181,3	10,6
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	150	6,2	3,9	38,1	153,9	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР С ОВОЩАМИ	70	8,7	10,9	5,6	145,8	1,5
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>685</b>	<b>25,9</b>	<b>25,2</b>	<b>102,1</b>	<b>695,1</b>	<b>23,8</b>
<b>ПОЛДНИК</b>								
2012	485	БУЛОЧКА К ЧАЮ	50	5,0	4,6	30,6	184,2	0,1
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1	0	10,6	42,6	0,5
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>5,1</b>	<b>4,6</b>	<b>41,2</b>	<b>226,8</b>	<b>0,6</b>
<b>УЖИН</b>								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ М/СЛ	200	3,8	6,1	32,2	182,5	10,7
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,3	0	0,5	34,3	1,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	7,9	47,7	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	1,5	14,5	86,3	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>6,5</b>	<b>7,7</b>	<b>58,5</b>	<b>350,2</b>	<b>12,4</b>
<b>Всего</b>			<b>1920</b>	<b>53,7</b>	<b>59,8</b>	<b>247,2</b>	<b>1812,1</b>	<b>49,7</b>

20.01.2026

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	39	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	50	2,8	0,1	3	51,8	1,9
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	7,4	13,1	4,4	187,6	0,5
2012	397	КАКАО НА МОЛОКЕ С САХАРОМ	200	3,3	3,2	12,4	131,1	0,7
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>15,8</b>	<b>21,9</b>	<b>35,8</b>	<b>492,9</b>	<b>3,1</b>
<b>II ЗАВТРАК</b>								
2008	442	МАНДАРИН	100	0,4	0,4	9,6	47	9,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,6</b>	<b>47</b>	<b>9,8</b>
<b>ОБЕД</b>								
2012	7	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАН.	60	1,2	3	5,1	56,6	11,6
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ	180	6,1	7,0	18,6	181,3	10,6
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	150	6,2	3,9	38,1	153,9	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР С ОВОЩАМИ	70	8,7	10,9	5,6	145,8	1,5
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>685</b>	<b>25,9</b>	<b>25,2</b>	<b>102,1</b>	<b>695,1</b>	<b>23,8</b>
<b>ПОЛДНИК</b>								
2012	485	БУЛОЧКА К ЧАЮ	50	5,0	4,6	30,6	184,2	0,1
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1	0	10,6	42,6	0,5
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>5,1</b>	<b>4,6</b>	<b>41,2</b>	<b>226,8</b>	<b>0,6</b>
<b>УЖИН</b>								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ М/СЛ	200	3,8	6,1	32,2	182,5	10,7
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,3	0	0,5	34,3	1,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	7,9	47,7	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	1,5	14,5	86,3	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>6,5</b>	<b>7,7</b>	<b>58,5</b>	<b>350,2</b>	<b>12,4</b>
<b>Всего</b>			<b>1920</b>	<b>53,7</b>	<b>59,8</b>	<b>247,2</b>	<b>1812,1</b>	<b>49,7</b>