

**Меню-раскладка (03.10.2025)**

Наименование	Выход блюд	Брутто		Нетто		Ясли	Сад	Витамин С	# рецептуры						
						Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность								
		ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал						
<b>завтрак</b>															
<b>Каша манная молочная</b>	120	125				5.69	6.9	29	161.5	5.9	7.7	30.3	174	189	
масло сливочное		3	4	3	4										
крупа манная		14	15	14	15										
сахар		3	4	3	4										
молоко		130	180	130	180										
<b>Батон с маслом</b>	35	47				1.8	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	б/н	
батон		20	40	20	40										
масло сливочное		7	8	7	8										
<b>Кофеинный напиток</b>	180	200				3.64	4.16	18.1	120.9	3.9	4.5	21.6	138	395	
кофе		1	2	1	2										
сахар		13	14	13	14										
<b>II завтрак</b>															
<b>Напиток лимонный</b>	150	200	4	4	5.6	5	4.2	0.08	12.3	68.25	5.6	0.1	16.4	91	282
лимон		16	20	16	20										
сахар		16	20	16	20										
<b>Обед</b>														42	
<b>Суп гороховый</b>	180	200				1.46	0.7	7.7	43	1.46	0.7	7.65	43		
орош сухой		25	30	25	30										
картофель		90	100	80	90										
лук репчатый		8	10	7	8										
морковь		8	10	7	8										
масло растительное		2	3	1.5	2										
масло сливочное		4	5	4	5										
<b>Перловка отварная</b>	90	100	40	45	40	45	3.3	2.9	19.6	112	3.3	2.9	19.6	112	84
масло сливочное		5	6	5	6										
<b>Котлета из курицы</b>														184. 18	
мясо курицы		0.043	4.286	0.03	0.107										
соль		0.001	0.107	0.001	0.107										
молоко		0.01	1.04	0.01	1.04										
мука		0.004	0.4	0.004	0.4										
масло сливочное		0.003	0.28	0.003	0.28										
<b>Компот из сухофруктов с витамином С</b>	180	200				0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05	376
сухофрукты		10	10	10	10										
сахар		13	14	13	14										
<b>Хлеб ржаной</b>	40.00	50.00				2.64	14.00	0.48	180.80	66.16	3.30	17.10	82.70	б/н	
<b>Хлеб пшеничный</b>	58.00	67.00				2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00	б/н	
<b>Уплотнённый полдник</b>															
<b>Салат картофельный с солёными огурцами</b>	40	60				0.8	5.5	4.3	67.1	0.8	5.5	4.3	67.1		37
картофель		39.5	39.5	29	29										
лук		7.3	7.3	5.8	5.8										
масло растительное		2	2	2	2										
огурец солёный		2	2	2	2										
морковь		21	21	17	17										
<b>Чай сладкий</b>	180	200				27.7	0	0	13					392	
чай		0.2		0.2											
сахар		13		13											
<b>Ужин</b>															
<b>2 Ужин</b>															
<b>ВСЕГО</b>	1265	1412	2677	621.806	490.147	587.627	67.4	49.91	138.5	1159.75	106.59	41	510.6	1157	0.05