

Меню-раскладка (03.12.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность Ккал	Сад			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	№ рецептуры	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)						
							Б	Ж	У		Б	Ж	У				
завтрак																	
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8		306	
Бутерброд с маслом и сыром	90	100					11.63	24.74	26.76	381.17	11.63	24.74	26.76	381.17		1	
батон			50	60	50	60											
сыр			35.1	33	35.1	33											
масло сливочное			7	8	7	8											
Кофейный напиток	150	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											
II завтрак																	
Кисель	150	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19		233	
сахар			18	24	18	24											
кисель			142	190	142	170											
Обед																	
Суп полевой со сметаной	150	200					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90		79	
картофель			70	80	35	48											
лук репчатый			8	10	4	8											
морковь			8	10	4	4											
крупа пшениная				10	15	15											
масло растительное			2	3	1.5	2											
масло сливочное			2	3	2	2											
сметана			4	5	5	10											
Гороховое пюре	100	120					1.62	4.1	12.3	87	1.8	5.11	13.99	103.1		422	
горох			50	55	50	55											
масло сливочное			4	5	4	5											
Тефтеля рыбная	80	100					9.49	2.51	10.26	115.78	10.49	3.51	11.26	115.78		б/н	
рыба свежая			142.86	142.86	71.43	71.43											
молоко			20	20	20	20											
масло словочное			18	20	15	2.86	2.86										
булка			20	20	20	20											
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	0.05	376	
сухофрукты			10	10	10	10											
сахар			13	14	13	14											
Хлеб ржаной	40	50	40	50	40	50	2.64	0.48	13.68	66.16	3.3	0.6	17.1	82.7		б/н	
Хлеб пшеничный	50	63					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н	
	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н	
Уплотнённый полдник																	
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98	
крупа пшеничная			20	20	15	15											
молоко			150	180	150	180											
сахар			3	4	3	5											
масло сливочное			3	4	2	3											
Чай сладкий	150	200					27.7	0	0	13	27.7	0	0	13		392	
чай			0.2	0.2	0.2	0.2											
сахар			13	14	13	14											
Ужин																	
Кисель	150						1.36		29.02	116.19						233	
сахар			18		18												
кисель			142		142												
2 Ужин																	
																	34
ВСЕГО	1379	1761.77	1027.16	1001.06	822.13	48987.7	0	55.75	189.2	1339.32	64.05	1761.8	207.0	1438.96	0.05		