

Меню-раскладка (06.11.2025)

Наименование	Выход блюд	Брутто	Нетто	Ясли			Сад			Витамин С	№ рецептуры	
				Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность			
				ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	
завтрак												
<b>Салат из моркови с сахаром</b>	80	90					1.62	4.1	12.3	87	9	5.11 13.99 103
морковь			90	100	80	90						
сахар			2	3	2	3						
<b>Батон с маслом</b>	35	47					1.80	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>Яйцо варёное</b>	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66 0.3 62.8 306
<b>Кофеинный напиток</b>	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												
<b>Сок</b>	150	200	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15 15.15 69 399
Обед												
<b>Суп полевой со сметаной</b>	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 пшененная					10	15						
масло растительное			2	3	1.5	2						
масло сливочное			2	3	2	2						
сметана					4	5	5	10				
<b>Гороховое пюре</b>	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				
<b>Тефтели рыбная</b>	80	100					9.49	2.51	10.26	115.78	10.49	3.51 11.26 115.78 б/н
рыба свежая			142.86	142.9	71.43	71.43						
молоко			20	20	20	20						
масло словянное			18	20	15	2.86	2.86					
булка			20	20	20	20						
<b>Компот из сухофруктов с витамином С</b>	150.00	200.00					0.17	0.00	21.10	82.30	0.17	0.00 21.10 82.30 0.05 376
сухофрукты			10.00	10.00	10.00	10.00						
сахар			13.00	14.00	13.00	14.00						
<b>Хлеб ржаной</b>	40	50					2.64	14	0.48	180.8	66.16	3.3 17.1 82.7 б/н
<b>Хлеб пшеничный</b>	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2 19.9 104 б/н
Уплотнённый полдник												
<b>Вареники ленивые со сметаной</b>	85	100	79	86.9	78	85.8	11.3	11.95	11.65	168.5	12.43	13.145 12.82 218.35 331
творог			80	80	80	80						
сметана				50	50	50	50					
мука пшеничная			35	50	35	50						
яйцо			5	5	4	4						
сахар				5	5	5	5					
масло сливочное			3	3	3	3						
<b>Чай сладкий</b>	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												
<b>Сок</b>	150		145.5		145.5		0.75	0.15	15.15	69		399
<b>Печенье</b>	30						2.25	3.54	22.47	125.1		б/н
2 Ужин												
<b>ВСЕГО</b>	1374	1528	1061.06	999.5	1000.630	929.790	76.75	55.47	182.76	1433.68	146.1	47.185 179.5 1294.03 0.05