

Меню-раскладка (10.11.2025)

| Наименование                        | Выход блюд |         | Брутто |        | Нетто  |         | Ясли                 |       |       | Энергетическая<br>ценность | Сад                  |        |       | Энергетическая<br>ценность | Витамин<br>С | №<br>рецептуры |
|-------------------------------------|------------|---------|--------|--------|--------|---------|----------------------|-------|-------|----------------------------|----------------------|--------|-------|----------------------------|--------------|----------------|
|                                     |            |         |        |        |        |         | Пищевые вещества (г) |       |       |                            | Пищевые вещества (г) |        |       |                            |              |                |
|                                     | ясли       | сад     | ясли   | сад    | ясли   | сад     | Б                    | Ж     | У     | Ккал                       | Б                    | Ж      | У     | Ккал                       |              |                |
| завтрак                             |            |         |        |        |        |         |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| Каша гречневая молочная             | 100        | 130     |        |        |        |         | 6.8                  | 8.7   | 21.2  | 136.3                      | 6.8                  | 8.7    | 21.2  | 136.3                      |              | 94             |
| гречка                              |            |         | 30     | 35     | 35     | 40      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| сахар                               |            |         | 3      | 4      | 3      | 4       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| молоко                              |            |         | 130    | 130    | 150    | 150     |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| масло сливочное                     |            |         | 3      | 4      | 3      | 4       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| Батон с маслом                      | 40         | 47      |        |        |        |         | 3.05                 | 9.41  | 20.64 | 179.6                      | 3.05                 | 9.41   | 20.64 | 179.6                      |              | б/н            |
| батон                               |            |         | 20     | 40     | 20     | 40      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| масло сливочное                     |            |         | 5      | 7      | 5      | 7       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| Кофейный напиток                    | 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      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| II завтрак                          |            |         |        |        |        |         |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| Кисель                              | 180        | 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 с рыбными консервировани        | 180        | 200     |        |        |        |         | 8                    | 2.4   | 13.8  | 137.4                      | 10.6                 | 2.5    | 18    | 148.1                      |              | 87             |
| рыбные консервы                     |            |         | 30     | 40     | 30     | 40      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| картофель                           |            |         | 80     | 90     | 64     | 72      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| лук репчатый                        |            |         | 8      | 10     | 8      | 9       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| крупа пшениная                      |            |         | 4      | 5      | 5      | 10      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| масло растительное                  |            |         | 2      | 3      | 2      | 3       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| Салат из белокочанной капусты с     | 90         | 100     |        |        |        |         | 0.98                 | 5.55  | 5.5   | 76                         | 0.98                 | 5.55   | 5.5   | 76                         |              | 2              |
| капуста                             |            |         | 80     | 80     | 40     | 40      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| морковь                             |            |         | 10     | 10     | 8      | 8       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| масло растительное                  |            |         | 5      | 5      | 5      | 5       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| сахар                               |            |         | 3      | 3      | 3      | 3       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| кислота лимонная                    |            |         | 0.06   | 0.06   | 0.06   | 0.06    |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| вода питьевая                       |            |         | 4      | 4      | 4      | 4       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| Картофельное пюре                   | 120        | 150     |        |        |        |         | 3.44                 | 3.1   | 20    | 130                        | 5.5                  | 4.04   | 30.3  | 198.7                      |              | 206            |
| молоко                              |            |         | 40     | 40     | 40     | 40      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| картофель                           |            |         | 150    | 200    | 105    | 140     |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| масло сливочное                     |            |         | 5      | 6      | 5      | 6       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| 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      |        |        |        |         | 2.64                 | 14    | 0.48  | 180.8                      | 66.16                | 3.3    | 17.1  | 82.7                       |              | б/н            |
| Хлеб пшеничный                      | 58         | 67      |        |        |        |         | 2.31                 | 0.9   | 14.9  | 78.6                       | 3.08                 | 0.6    | 19.9  | 104                        |              | б/н            |
| Уплотнённый полдник                 |            |         |        |        |        |         |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| Каша кукурузная молочная            | 150        | 200     |        |        |        |         | 2.2                  | 3     | 11.2  | 79                         | 2.2                  | 82.7   | 11.2  | 79                         |              | 168            |
| крупа кукурузная                    |            |         | 18     | 20     | 18     | 20      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| молоко                              |            |         | 150    | 180    | 150    | 180     |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| сахар                               |            |         | 3      | 4      | 4      | 4       |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| масло сливочное                     |            |         | 3      | 4      | 3      | 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                                |            |         |        |        |        |         |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| Печенье                             | 20         | 20      |        |        |        |         | 2.25                 | 3.54  | 22.47 | 125.1                      | 2.25                 | 3.54   | 22.47 | 125.1                      |              | б/н            |
| Чай сладкий                         | 150        |         |        |        |        |         | 27.7                 | 0     | 0     | 13                         |                      |        |       |                            |              | 392            |
| чай                                 |            |         | 0.2    | 0.2    | 0.2    | 0.2     |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| сахар                               |            |         | 13     | 14     | 13     | 14      |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| 2 Ужин                              |            |         |        |        |        |         |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
|                                     |            |         |        |        |        |         |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              | 34             |
|                                     |            |         |        |        |        |         |                      |       |       |                            |                      |        |       |                            |              |                |
| ВСЕГО                               | 1468       | 1896.42 | 818.46 | 986.46 | 717.46 | 48987.7 | 0                    | 36.65 | 198.2 | 1466.59                    | 134.12               | 1896.4 | 244.8 | 1504.39                    | 0.05         |                |