

Меню-раскладка (12.05.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Сад				Витамин С	№ рецептуры			
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У	Ккал			Б			Ж	У	Ккал
завтрак																		
Яйцо варёное	20	20					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8	306			
Бутерброд с маслом и сыром	75	85					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	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																		
Напиток лимонный	180	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												
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 пшеничная					10	15												
масло растительное			2	3	1.5	2												
масло сливочное			2	3	2	2												
сметана			4	5	5	10												
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												
Огурец солёный	45	60	50	65	45	60	0.38	0.07	1.61	8.05	0.57	0.11	2.42	12.08	б/н			
Напиток из шиповника	150	200	20	20	20	20	0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9	б/н			
шиповник (целый плоды)			20	20	20	20												
сахар			15	15	15	15												
вода			230	230	230	230												
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 кукурузная молочная	150	200					2.2	3	11.2	79	2.2	3	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																		
Макароньы отварные	150		35		35		8.77	9.35	57.93	366.51					309			
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	1593	2521.26	1041.5	1154.4	869.5	48987.7	0	56.04	212.1	1439.18	73.99	2521.26	195.8	1361.35				

