Меню-раскладка (16.11.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал		
завтрак																
Каша гречневая с маслом сливочным и сахаром	140	160					2	1	18.66	130	2	5	26	140		34
гречка			30	46	30	46										
сахар			5	7	5	7										
масло сливочное			5	5	5	5										
Батон с маслом	30	35					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		5
батон			20	40	20	40										
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		253
кофе			1	2	1	2										
сахар			13	14	13	14										
II завтрак																
Сок	180	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																
Щи на к.м.б-не	150	200					1.23	5.2	9.6	101.2	1.78	6.24	11.6	105.9		37
капуста			30	27	25	22										
картофель			65	80	60	75										
лук репчатый			10	10	8	8										
морковь			10	10	8	8										
паста томатная			3	3	3	3										
масло растительное			1.5	2	1.5	2										
Сельдь	24	25	49	49	45	45	3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5		359
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										
Напиток из шиповника	180	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	30	38					2	0.4	10	52.2	2.5	0.5	12.7	66.1		8
Хлеб пшеничный	45	60					3.4	0.4	22.1	105.7	4.6	0.5	29.5	141		7
Уплотнённый полдник																
Каша пшенная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		103/104
крупа пшенная			20	20	15	15										
молоко			150	180	150	180										
сахар			3	4	3	5										
масло сливочное			3	4	2	3										
Чай сладкий	180	200					27.7	0	0	13	27.7	0	0	13		392
чай			1	1	1	1										
сахар			13	14	13	14										
Ужин																
Макароны 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											
сахар			13		13											
2 Ужин																
ВСЕГО	**1409**	**1468**	**1013.2**	**1203**	**1029**	**1119.5**	**82.91**	**21.61**	**160.5**	**964.5**	**60.73**	**27.83**	**165.9**	**1006.4**		