

Меню-раскладка (17.03.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				
							Б	Ж	У	Б	Ж	У	Ккал		
завтрак															
Салат из свеклы	40	60					0.77	2.43	3.34	37.56	0.85	3.65	5.19	56.34	33
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															
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															
Суп гороховый	180	200					1.46	0.7	7.7	43	1.46	0.7	7.65	43	42
горох сухой			25	30	25	30									
картофель			90	100	80	90									
лук репчатый			8	10	7	8									
морковь			8	10	7	8									
масло растительное			2	3	1.5	2									
масло сливочное			4	5	4	5									
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									
Сельдь	24	25	49	49	45	45	3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5	359
Компот из сухофруктов с витамином С	180	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 кукурузная молочная	150	200					2.2	3	11.2	79	2.2	3	11.2	79	168
крупка 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															
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	0.2	0.2									
сахар			13	14	13	14									
2 Ужин															
															34
ВСЕГО	1652	2521.26	931	1025.9	778.4	48987.7	0	53.11	225.3	1600.7	57.44	2521.3	203.4	1420.11	0.05