

Меню-раскладка (18.09.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры	
							Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)						
	если	сад	если	сад	ясли	сад	Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж				У
завтрак																	
Каша манная молочная	180	200					5.69	6.9	28.96	161.5	5.9	7.7	30.3	174		55	
масло сливочное			3	4	3	4											
крупа манная			18	20	18	20											
сахар			3	4	3	4											
молоко			130	180	130	180											
Батон с маслом	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											
Кофейный напиток	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																	
Чай с лимоном	150	200					0.1	0.02	13.3	54	0.1	0.02	13.3	54		504	
чай			0.6	0.6	0.6	0.6											
сахар			12	12	12	12											
лимон			12	12	8	8											
Обед																	
Борщ со сметаной	180	230					1.09	2.95	7.6	61.5	1.81	4.91	12.74	102.5		57	
капуста			15	25	12	20											
картофель			70	80	41	40											
лук репчатый			8	10	8	10											
морковь			8	10	8	10											
свекла			40	50	35	40											
масло растительное			2	3	2	3											
масло сливочное			2	3	2	3											
томат			6	8													
сметана			8	8	8	8											
Огурец свежий	30	40	31.5	52.5	30	50	0.2	0.03	0.8	4.2	0.4	0.1	1.3	7		85	
Плов из отварной птицы	150	160					15.35	14.86	23.81	290	15.35	14.86	23.81	290		411	
курицы			109	110	75	85											
масло сливочное			5	5	5	5											
морковь			10	12	8	9											
лук репчатый			10	10	8	8											
крупа рисовая			35	35	35	35											
Компот из сухофруктов	180	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7		376	
сухофрукты			10	10	10	10											
сахар			13	14	13	14											
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	
Уплотнённый полдник																	
Ватрушка с творогом	60	80					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8		458	
мука			45	50	35	50											
молоко			25	30	25	30											
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4											
сахар			5	6	5	6											
масло сливочное			25	16	25	16											
масло растительное			3	4	1.5	2											
творог			40	50	40	50											
Чай сладкий	180.00	200.00					27.70	0.00	0.00	13.00						392	
чай			0.20		0.20												
сахар			13.00		13.00												
Ужин																	
2 Ужин																	
ВСЕГО	1350	1623	1028.55	1178.4	930.3	1077	62.82	34.96	169.79	1136.76	39.88	39.8	222.15	1362.7	0		