

Меню-раскладка (19.01.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетиче ская ценность Ккал	Сад			Энергетиче ская ценность Ккал	Витамин С	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)					
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У		Б	Ж	У			
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	90	100					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	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																
Сок	150	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 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 пшенная					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										
Салат витаминный	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										
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	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																
Батон с повидлом	45						2.03	3.21	11.34	127						2
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	1493	1740.28	906.06	1031.96	695.46	48987.7	0	53.22	192.9	1468.59	55.96	1740.3	209.8	1499.61	0.05	