

Меню-раскладка (19.05.2026)

| Наименование                                  | Выход блюд  |             | Брутто        |              | Нетто        |              | Ясли                 |              |               |                | Энергетическая ценность | Сад                  |              |               |      | Витамин С | № рецептуры |
|---|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------|-------------------------|----------------------|--------------|---------------|------|-----------|-------------|
|   |             |             |               |              |              |              | Пищевые вещества (г) |              |               | Ккал           |                         | Пищевые вещества (г) |              |               | Ккал |           |             |
|   | ясли        | сад         | ясли          | сад          | ясли         | сад          | Б                    | Ж            | У             |                | Б                       | Ж                    | У            | Ккал          |      |           |             |
| <b>завтрак</b>                                |             |             |               |              |              |              |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Омлет</b>                                  | 100         | 130         |               |              |              |              | 6.50                 | 8.6          | 2.66          | 113            | 6.5                     | 8.5                  | 2.66         | 113           |      | 100       |             |
| масло сливочное                               |             |             | 3             | 3            | 3            | 3            |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| яйцо  |             |             | 1             | 1            | 40           | 40           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| молоко  |             |             | 90            | 100          | 90           | 100          |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Батон с маслом</b>                         | 37          | 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            |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Кофейный напиток</b>                       | 150         | 200         |               |              |              |              | 3.64                 | 4.16         | 18.1          | 120.9          | 3.9                     | 4.5                  | 21.6         | 138           |      | 233       |             |
| кофе  |             |             | 1             | 2            | 1            | 2            |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| сахар   |             |             | 13            | 14           | 13           | 14           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>II завтрак</b>                             |             |             |               |              |              |              |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Кисломолочный напиток</b>                  | 180         | 200         |               |              |              |              | 3                    | 0.05         | 3.8           | 30             | 3                       | 0.05                 | 3.8          | 30            |      | 530.531   |             |
| <b>Обед</b>                                   |             |             |               |              |              |              |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Суп вермишелевый на кур.б-не</b>           | 150         | 200         |               |              |              |              | 7.5                  | 6.23         | 19.27         | 147.83         | 10                      | 8.3                  | 25.7         | 197.1         |      | 38        |             |
| мясо курицы                                   |             |             | 41            | 42           | 35           | 35           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| картофель                                     |             |             | 80            | 9            | 60           | 70           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| лук репчатый                                  |             |             | 8             | 10           | 8            | 10           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| морковь                                       |             |             | 8             | 10           | 8            | 10           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| вермишель                                     |             |             | 8             | 10           | 8            | 10           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| масло растительное                            |             |             | 2             | 3            | 2            | 3            |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| масло сливочное                               |             |             | 2             | 3            | 2            | 3            |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Гороховое пюре</b>                         | 110         | 120         |               |              |              |              | 1.62                 | 4.1          | 12.3          | 87             | 1.8                     | 5.11                 | 13.99        | 103.1         |      | 422       |             |
| горох   |             |             | 50            | 55           | 50           | 55           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| масло сливочное                               |             |             | 4             | 5            | 4            | 5            |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Тертеля рыбная</b>                         | 80          | 100         |               |              |              |              | 9.49                 | 2.51         | 10.26         | 115.78         | 10.49                   | 3.51                 | 11.26        | 115.78        |      | б/н       |             |
| рыба свежая                                   |             |             | 142.86        | 142.9        | 71.43        | 71.43        |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| молоко  |             |             | 20            | 20           | 20           | 20           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| масло сливочное                               |             |             | 18            | 20           | 15           | 2.86         | 2.86                 |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| булка   |             |             | 20            | 20           | 20           | 20           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Компот из сухофруктов с витамином С</b>    | 180         | 200         |               |              |              |              | 0.17                 | 0            | 21.1          | 82.3           | 0.17                    | 0                    | 21.1         | 82.3          | 0.05 | 376       |             |
| сухофрукты                                    |             |             | 10            | 10           | 10           | 10           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| сахар   |             |             | 13            | 14           | 13           | 14           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Хлеб ржаной</b>                            | 40.00       | 50.00       |               |              |              |              | 2.64                 | 14.00        | 0.48          | 180.80         | 66.16                   | 3.30                 | 17.10        | 82.70         |      | б/н       |             |
| <b>Хлеб пшеничный</b>                         | 58.00       | 67.00       |               |              |              |              | 2.31                 | 0.90         | 14.90         | 78.60          | 3.08                    | 1.20                 | 19.90        | 104.00        |      | б/н       |             |
| <b>Уплотнённый подник</b>                     |             |             |               |              |              |              |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Творожно-манный пудинг со сгущ.молоком</b> | 130         | 150         |               |              |              |              | 15.4                 | 10.3         | 26.9          | 204.7          | 17.3                    | 8.9                  | 22.8         | 192.1         |      | 117       |             |
| творог  |             |             | 95            | 110          | 95           | 110          |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| крупа манная                                  |             |             | 11            | 14           | 11           | 14           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| яйцо  |             |             | 1/4           | 1/4          | 1/4          | 1/4          |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| масло сливочное                               |             |             | 3             | 4            | 3            | 4            |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| молоко сгущенное                              |             |             | 20            | 25           | 20           | 25           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| сахар   |             |             | 3             | 4            | 10           | 10           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Чай сладкий</b>                            | 180         | 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           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Ужин</b>                                   |             |             |               |              |              |              |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Каша гречневая с маслом сливочным и</b>    | 150         |             |               |              |              |              | 2                    | 1            | 18.66         | 130            |                         |                      |              |               |      | 34        |             |
| гречка  |             |             | 30            | 46           | 30           | 46           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| сахар   |             |             | 5             | 7            | 5            | 7            |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| масло сливочное                               |             |             | 5             | 5            | 5            | 5            |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>Чай сладкий</b>                            | 180         |             |               |              |              |              | 27.7                 | 0            | 0             | 13             |                         |                      |              |               |      | 392       |             |
| чай   |             |             | 0.2           | 0.2          | 0.2          | 0.2          |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| сахар   |             |             | 13            | 14           | 13           | 14           |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>2 Ужин</b>                                 |             |             |               |              |              |              |                      |              |               |                |                         |                      |              |               |      |           |             |
| <b>ВСЕГО</b>                                  | <b>1725</b> | <b>1664</b> | <b>639.26</b> | <b>633.3</b> | <b>545.8</b> | <b>604.7</b> | <b>106.03</b>        | <b>43.25</b> | <b>145.77</b> | <b>1203.91</b> | <b>143.6</b>            | <b>34.87</b>         | <b>157.3</b> | <b>872.10</b> |      |           |             |