

Меню-раскладка (19.06.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность			
							Б	Ж	У	Б			Ж	У	Ккал
<b>завтрак</b>															
Каша молочная геркулесовая	160	200					3.80	8.58	12.19	141	3.80	8.58	12.19	141	272
масло сливочное			3	4	3										
крупка геркулесовая			18	20	18	20									
сахар			3	4	3	4									
<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>	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									
<b>II завтрак</b>															
Кисель	180	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19	233
сахар			18	24	18	24									
кисель			142	190	142	170									
<b>Обед</b>															
<b>Ши вегетарианские со сметаной</b>	180	200					1.752	4.641	11.1	90.544	1.752	4.641	11.1	90.544	37
картофель			65	65	45	45									
лук репчатый			5	5	4	4									
морковь			13	13	10	10									
капуста			50	50	40	40									
масло растительное			2	2	2	2								0.05	
масло сливочное			2	2	2	2									
томат			2	2	2	2									
сметана			11	23	10	15									
<b>Каша гречневая</b>	150	180			100	120	4.56	4.49	20.59	140.8	5.82	0	5.64	26.31	179.1
крупка гречневая			36	46	36	46									
вода			68	81	68	81									
соль			0.4	0.5	0.4	0.5									
масло сливочное			4	5	4	5									
<b>Гуляш из куриного мяса</b>	60	70					18.3	15.1	12.5	166.5	18.3	15.1	12.5	166.5	45
масло растительное			5.6	5.6	5.6	5.6									
лук репчатый			14	12	14	12									
мясо куриное			130	95	130	95									
соль			0.5	0.5	0.5	0.5									
мука пшеничная			3	3	3	3									
<b>Компот из сухофруктов</b>	180	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	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 полдник</b>															
<b>Винегрет</b>	100	130					0.57	4.59	3.3	57.13	0.76	6.12	4.4	76.17	90
картофель			13.200	17.64	10.000	13.2									
свекла			8.6	11.4	6.8	9									
морковь			5.9	4.5	7.8	6									
огурец соленый			13.5	22.8	13.5	18									
лук репчатый			8.1	10.8	6.8	9									
масло растительное			4.5	6	4.5	6									
<b>Чай сладкий</b>	180	200					27.7	0	0	13					392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2									
сахар			13	14	13	14									
<b>Ужин</b>															
<b>2 Ужин</b>															
<b>ВСЕГО</b>	<b>1308</b>	<b>1497</b>	<b>662</b>	<b>729.14</b>	<b>722.6</b>	<b>780</b>	<b>63.002</b>	<b>47.881</b>	<b>131.09</b>	<b>1046.764</b>	<b>101.3</b>	<b>34.961</b>	<b>142.4</b>	<b>882.714</b>	