

Меню-раскладка (20.01.2026)

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			
завтрак																
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											
крупа геркулесовая			18	20	18	20										
сахар			3	4	3	4										
Батон с маслом	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										
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																
Кисломолочный напиток	180	200					3	0.05	3.8	30	3	0.05	3.8	30	530.531	
Обед																
Суп "Кудрявый" со сметаной	180	230					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90	80	
картофель			100	100	75	75	5.11	6.64	19.6	158.6	5.11	6.64	19.62	158.6		
лук			11	11	10	10										
морковь			12	12	10	10										
масло сливочное			4	4	4	4										
пшено			8	8	8	8										
яйцо			19	19	17	17										
сметана			8	8	8	8										
вода			144	144	144	144										
Ленивые голубцы	140	170					6.4	9.8	10.6	225	16.2	16.2	12.2	319	151	
мясо говядины			84	85	82	84										
лук репчатый			10	10	8	8										
капуста			73	100	63	80										
рис			8	10	8	10										
масло сливочное			5	6	5	6										
Напиток из шиповника	180	200	20	20	20	20	0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9	б/н	
шиповник (целый плоды)			20	20	20	20										
сахар			15	15	15	15										
вода			230	230	230	230										
Салат луковый	55	55					0.52	3.52	3.16	46	0.52	3.52	3.16	46	88	
Хлеб ржаной	40.00	50.00					2.64	14.00	0.48	180.80	66.16	3.30	17.10	82.70	б/н	
Хлеб пшеничный	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00	б/н	
Уплотнённый полдник																
Творожно-морковная запеканка с повидлом	130	150					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	235	
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005										
творог			95	110	95	110										
крупа манная			11	14	11	14										
яйцо		1/4	1/4	1/4	1/4	1/4										
масло сливочное			3	4	3	4										
молоко			22	25												
сахар			3	4	10	10										
Чай сладкий	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										
Ужин																
Печенье	30						2.25	3.54	22.47	125.1					б/н	
Кисель	150						1.36		29.02	116.19					233	
сахар			18		18											
кисель			142		142											
2 Ужин																
ВСЕГО	1473	1522	1092.201	989.21	1033.2	917.2	73.54	57.51	189.2	1511.69	145.7	49.51	152.5	1268.3		