

**Меню-раскладка (20.10.2025)**

Наименование	Выход блюд	Брутто	Нетто	Ясли		Сад		Витамин С	№ рецептуры								
				Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность								
				ясли	сад		ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	ясли	сад	Б	Ж	У
<b>завтрак</b>																	
Яйцо варёное	1	1				5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8			306	
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											
Кофеинный 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											
<b>II завтрак</b>																	
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	
<b>Обед</b>																	
Щи вегетарианский	150	200				1.23	5.2	9.6	101.2	1.78	6.24	11.6	105.9			37	
капуста			30	27	25	22											
картофель			65	80	60	75											
лук репчатый			10	10	8	8											
морковь			10	10	8	8											
паста томатная			3	3	3	3											
масло растительное			1.5	2	1.5	2											
fasоль			80	90	80	90											
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											
Сосиска отварная	70	70				71.5	71.5	7.7	17.78	0.98	197.4	7.7	17.78	0.98	197.4	243	
Напиток из шиповника	150	200	20	20	20	20	0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9		6/н	
шиповник (целый плоды)			20	20	20	20											
сахар			15	15	15	15											
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		6/н	
Хлеб пшеничный	50	63				2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104			6/н	
<b>Уплотнённый полдник</b>																	
Каша пшеничная молочная	150	200				6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3			98	
крупа пшеничная			20	20	15	15											
молоко			150	180	150	180											
сахар			3	4	3	5											
масло сливочное			3	4	2	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											
<b>Ужин</b>																	
Печенье	30					2.25	3.54	22.47	125.1					6/н			
Сок	150		145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15					399			
<b>2 Ужин</b>																	
<b>ВСЕГО</b>	<b>1360</b>	<b>1533</b>	<b>1213.7</b>	<b>1332</b>	<b>1220</b>	<b>1325</b>	<b>59.89</b>	<b>44.16</b>	<b>174.28</b>	<b>1132.56</b>	<b>61.2</b>	<b>43.21</b>	<b>160.9</b>	<b>1139.9</b>			