

### Меню-раскладка (21.03.2023)

| Наименование                            | Выход блюд |        | Брутто |       | Нетто |       | Ясли |      |       | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | Сад  |      |       | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал | Витамин<br>С | №<br>рецептуры |  |
|---|------------|--------|--------|-------|-------|-------|------|------|-------|------------------------------------|------|------|-------|------------------------------------|--------------|----------------|--|
|   | ясли       | сад    | ясли   | сад   | ясли  | сад   | Б    | Ж    | У     |                                    | Б    | Ж    | У     |                                    |              |                |  |
| завтрак                                 |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| Каша пшенная молочная                   | 150        | 200    |        |       |       |       | 6.80 | 8.7  | 21.2  | 136.3                              | 6.8  | 8.7  | 21.2  | 136.3                              |              | 43             |  |
| крупа пшеничная                         |            |        | 18     | 20    | 15    | 15    |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| молоко                                  |            |        | 150    | 180   | 150   | 180   |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| масло сливочное                         |            |        | 3      | 4     | 3     | 4     |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| сахар                                   |            |        | 3      | 4     | 3     | 4     |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| Батон с маслом                          | 35         | 47     |        |       |       |       | 1.80 | 0.65 | 11.5  | 56                                 | 3.3  | 1.3  | 23    | 112                                | б/н          |                |  |
| 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                              |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| Печенье                                 | 30         | 30     |        |       |       |       | 2.25 | 3.54 | 22.47 | 125.1                              | 2.25 | 3.54 | 22.47 | 125.1                              |              | б/н            |  |
| 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    |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| 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                    | 150        | 200    |        |       |       |       | 0.68 | 0    | 23.05 | 94.9                               | 0.68 | 0    | 23.05 | 94.9                               |              | б/н            |  |
| шиповник (целые плоды)                  |            |        | 20     | 20    | 20    | 20    |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| сахар                                   |            |        | 15     | 15    | 15    | 15    |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| вода                                    |            |        | 230    | 230   | 230   | 230   |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| Хлеб пшеничный                          | 58         | 67     |        |       |       |       | 2.31 | 0.9  | 14.9  | 78.6                               | 3.08 | 1.2  | 19.9  | 104                                |              | б/н            |  |
| Уплотнённый полдник                     |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| Творожно-морковная запеканка с повидлом | 100/30     | 110/40 |        |       |       |       | 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   |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| масло сливочное                         |            |        | 3      | 4     | 3     | 4     |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| изюм                                    |            |        | 8      | 10    | 5     | 5     |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| молоко                                  |            |        | 22     | 25    |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| сахар                                   |            |        | 3      | 4     | 10    | 10    |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| Чай сладкий                             | 150        |        |        |       |       |       | 27.7 | 0    | 0     | 13                                 |      |      |       |                                    |              | 392            |  |
| чай                                     |            |        | 0.2    |       | 0.2   |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| сахар                                   |            |        | 13     |       | 13    |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| Ужин                                    |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| Кисель                                  | 150        | 200    |        |       |       |       | 1.36 |      | 29.02 | 116.19                             | 1.36 | 0.1  | 29.02 | 116.19                             |              | 233            |  |
| сахар                                   |            |        | 10     | 10    | 10    | 10    |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| кисель                                  |            |        | 18     | 24    | 18    | 24    |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
| 2 Ужин                                  |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        |        |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |
|   |            |        | </     |       |       |       |      |      |       |                                    |      |      |       |                                    |              |                |  |

|       |      |      |          |          |          |          |        |       |        |         |       |       |        |         |   |
|-------|------|------|----------|----------|----------|----------|--------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|---------|---|
| Всего | 1308 | 1497 | 1135.401 | 1221.205 | 1070.401 | 1139.205 | 103.68 | 49.29 | 214.46 | 1460.19 | 89.68 | 56.28 | 224.16 | 1599.19 | 0 |
|-------|------|------|----------|----------|----------|----------|--------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|---------|---|