

Меню-раскладка (21.05.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептур ы
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность			
							Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал
завтрак															
Салат из тушеной моркови с сахаром	80	90					1.62	4.1	12.3	87	9	5.11	13.99	103	
морковь			90	100	80	90									
сахар			2	3	2	3									
Батон с маслом	35	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									
Яйцо варёное	20	20					6.30	6	0.3	157	6.30	6	0.3	157	213
Кофейный напиток	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									
II завтрак															
Молоко	180	200					2.8	3.2	4.7	59	2.8	3.2	4.7	59	534
Обед															
Суп "Харчо" на кур.б-не	180	200					1.8	4.4	15.05	106	2.5	5.2	18.8	131	101
мясо курицы			11	23	10	15									
картофель			70	80	40	60									
лук репчатый			8	10	7	8									
морковь			8	10	7	8									
рис			4	5	4	5									
томатная паста			6	7	6	7									
чеснок			1	2	1	2									
масло растительное			2	3	2	3									
масло сливочное			2	3	2	3									
Тертель мясные	80	85					13.5	7.5	17.4	138	15.4	14.20	19.9	158	174
мясо говядина			82	82	60	60									
лук репчатый			18	20	15	18									
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4									
морковь			18	20	18	20									
томатная паста			6	7	6	7									
мука			2	3	2	3									
масло сливочное			5	6	3	4									
Макаронные изделия	100	150					3.67	3.01	17.63	112	5.5	4.57	26.44	168	317
вермишель			32	32	49	49									
масло сливочное			3.5	3.5	5	5									
Огурец свежий	30	40	31.5	52.5	30	50	0.2	0.03	0.8	4.2	0.4	0.1	1.3	7	85
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									
Хлеб ржаной	40	50					2.64	14	0.48	180.8	66.16	3.3	17.1	82.7	б/н
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н
Уплотнённый полдник															
Творожно-рисовая 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									
масло сливочное			3	4	3	4									
изюм			8	10	5	5									
молоко			22	25											
сахар			3	4	10	10									
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									
Ужин															
Каша пшеничная молочная	150						6.8	8.7	21.2	136.3					98
крупа пшеничная			20												
молоко			150		150										
сахар			3		3										
масло сливочное			3		2										
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					392
чай			0.2		0.2										
сахар			13		13										
2 Ужин															
ВСЕГО	1708	1652	1046.401	972.21	1000.630	929.790	118.56	66.95	184.31	1561.4	164.02	57.58	212.88	1519.7	0