

Меню-раскладка (21.09.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)						
							Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал			
завтрак																	
Каша гречневая с маслом сливочным и сахаром	140	160					2	1	18.66	130	2	5	26	140		34	
гречка				30	46	30	46										
сахар				5	7	5	7										
масло сливочное				5	5	5	5										
Батон с маслом	30	35					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		5	
батон				20	40	20	40										
масло сливочное				7	8	7	8										
Кофейный напиток	180	200					3.64	4.16	18.1	120.9	3.9	4.5	21.6	138		253	
кофе				1	2	1	2										
сахар				13	14	13	14										
II завтрак																	
Сок	180	200	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69		399	
Обед																	
Щи вегетарианские	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										
Сельдь	24	25		49	49	45	45	3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5	359	
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										
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	30	38					2	0.4	10	52.2	2.5	0.5	12.7	66.1		8	
Хлеб пшеничный	45	60					3.4	0.4	22.1	105.7	4.6	0.5	29.5	141		7	
Уплотнённый полдник																	
Каша пшениная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		103/104	
крупа пшениная				20	20	15	15										
молоко				150	180	150	180										
сахар				3	4	3	5										
масло сливочное				3	4	2	3										
Чай сладкий	180	200					27.7	0	0	13	27.7	0	0	13		392	
чай				1	1	1	1										
сахар				13	14	13	14										
Ужин																	
Сосиска отварная	70				71.5	71.5	7.7	17.78	0.98	197.4						243	
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						392	
чай				0.2	0.2												
сахар				13	13												
2 Ужин																	
ВСЕГО	1409	1468	1013.2	1203	1066	1191	82.91	21.61	160.5	964.5	60.73	27.83	165.9	1006.4			