

Меню-раскладка (22.10.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Ккал		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У			Б	Ж	У			
завтрак																	
Каша гречневая с маслом сливочным и гречка	150	180			30	46	30	46	2	1	18.66	130	2	5	26	140	34
сахар					5	7	5	7									
масло сливочное					5	5	5	5									
Бутерброд с маслом и сыром	90	100							11.63	24.74	26.76	381.17	11.6	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									
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																	
Кисель	160	200							1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19	233
сахар					18	24	18	24									
кисель					142	190	142	170									
Обед																	
Ши вегетарианские со сметаной	180	200							1.752	4.641	11.1	90.544	1.75	4.641	11.1	90.544	37
картофель					65	65	45	45									
лук репчатый					5	5	4	4									
морковь					13	13	10	10									
капуста					50	50	40	40									
масло растительное					2	2	2	2								0.05	
масло сливочное					2	2	2	2									
томат					2	2	2	2									
сметана					10	10	10	10									
Вермишель отварная	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									
Котлета из курицы	70	80							16.8	20.6	18.8	322	16.8	20.6	18.8	322	184, 18
мясо курицы					0.043	4.286	0.03	0.107									
соль					0.001	0.107	0.001	0.107									
молоко					0.01	1.04	0.01	1.04									
мука					0.004	0.4	0.004	0.4									
масло сливочное					0.003	0.28	0.003	0.28									
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							2.64	14	0.48	180.8	66.2	3.3	17.1	82.7	6/н
Хлеб пшеничный	58	67							2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	6/н
Уплотнённый полдник																	
Булочка с повидлом	60	70							1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8	235
мука					45	50	45	50									
ванилин					0.001	0.005	0.001	0.005									
молоко					20	20	20	20									
яйцо					1/4	1/4	1/4	1/4									
дрожжи сухие					1.1	1	0.08	0.02									
повидло					30	40	30	40									
масло сливочное					3	4	3	4									
масло растительное					3	4	1.5	2									
Молоко	150	200							2.80	3.2	4.7	59	2.8	3.2	4.7	59	
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																	
Батон с повидлом	45								2.03	3.21	11.34	127					2
Чай сладкий	150								27.7	0	0	13					392
чай					0.2	0.2	0.2	0.2									
сахар					13	14	13	14									
2 Ужин																	

ВСЕГО	1463	1617	772.311	853.2	754	810.3	94.982	57.73	165.359	1478.134	132	46.721	202.9	1379.134