

Меню-раскладка (22.10.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Если			Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
	если	сад	если	сад	если	сад	Пищевые вещества (г)				Ккал	Пищевые вещества (г)				
							Б	Ж	У	Б		Ж	У			
Суп молочный вермишелевый	150	200					4.40	4.5	22.6	179.5	6.7	11	26	209		48
вермишель			15	20	15	50										
молоко			150	200	150	500										
масло сливочное			3	4	2	9										
сахар			3	4	5	12										
Батон	30	40					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
батон			20	40	20	40										
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																
Фрукт	100	100	100	100	100	100	1.5	0.5	21	96	1.5	0.5	21	96		б/н
Обед																
Суп полевой со сметаной	180	200					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90		79
картофель			70	80	35	48										
лук репчатый			8	10	4	8										
морковь			8	10	4	4										
крупа пшенная					10	15										
масло растительное			2	3	1.5	2										
масло сливочное			2	3	2	2										
сметана			4	5	5	10										
Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	110	120					12.58	18.41	12.87	267	13.58	19.41	13.87	300		71
мясо говядина			5	75	72	72										
крупа рисовая			14	15	13	15										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
лук репчатый			18	20	20	22										
томатная паста			6	7	6	7										
масло растительное			4	5	4	5										
масло сливочное			4	5	4	5										
мука			2	3	2	3										
Компот из сухофруктов с витамином С	180	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3		376
сухофрукты			10	10	10	10										
сахар			13	14	13	14										
Хлеб ржаной	40.00	50.00					2.64	14.00	0.48	180.80	66.16	3.30	17.10	82.70		б/н
Хлеб пшеничный	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		б/н
Уплотнённый полдник																
Творожно-манная запеканка с повидлом	130	150					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1		235
творог			0.001	0.005	0.001	0.005										
крупа манная			95	110	95	110										
яйцо			11	14	11	14										
масло сливочное			1/4	1/4	1/4	1/4										
сахар			8	10	5	5										
Чай сладкий	180	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 гречневая с маслом сливочным и	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										
Чай сладкий	180	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										
2 Ужин																
ВСЕГО	1478	1647	464.401	601.4	496.9	573.4	98.17	53.87	151.11	1304.2	165.1	48.01	172.7	1251.1		