

Меню-раскладка (23.06.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				
							Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал	
завтрак															
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8	306
Бутерброд с маслом и сыром	90	100					11.63	24.74	26.76	381.17	11.63	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															
Сок	150	200	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69	399
Суп вермишелевый на кур.б-не	150	200					7.5	6.23	19.27	147.83	10	8.3	25.7	197.1	38
мясо курицы			41	42	35	35									
картофель			80	9	60	70									
лук репчатый			8	10	8	10									
морковь			8	10	8	10									
вермишель			8	10	8	10									
масло растительное			2	3	2	3									
масло сливочное			2	3	2	3									
Рис отварной	110	110					3.11	2.83	30.55	160	3.11	2.83	30.55	160	11
крупа рисовая			52	52											
масло сливочное			5	5											
Тефтели рыбные	80	100					16.27	4.67	3.87	123.9	27.12	7.78	6.45	206.5	104
рыба свежая			79	84	74	79									
хлеб пшеничный			5	10	5	10									
яйцо			1	1	4	4									
масло растительное			3	4	3	4									
молоко			10	10	10	10									
лук			8	10	6.4	8									
морковь			8	10	6.4	8									
рис			10	10	10	10									
соль			1	1	1	1									
томат			8	10	8	10									
Кукуруза консервированная	10	15					10.3	4.9	60	325.3	10.3	4.9	60	325.3	29
Напиток из шиповника	150	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-манный пудинг со сгущ.молоком	130	150					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	117
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									
молоко сгущенное			20	25	20	25									
сахар			3	4	10	10									
Чай	180.00	200.00					27.70	0.00	0.00	13.00					392
чай			0.20		0.20										
Ужин															
Каша молочная геркулесовая	160						3.80	8.58	12.19	141					272
масло сливочное			3	4	3										
крупа геркулесовая			18	20	18	20									
сахар			3	4	3	4									
Чай	180.00						27.70	0.00	0.00	13.00					392
чай			0.20		0.20										
2 Ужин															
ВСЕГО	1549	1493	953	943	872	931	139	86	252	2117	159	71	269	2014	