

Меню-раскладка (29.06.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			
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
Обед																
Щи вегетарианский со сметаной	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										
фасоль			80	90	80	90										
сметана			11	23	10	15										
Картофельное пюре	120	150					3.44									206
молоко			40	40	40	40										
картофель			150	200	105	140										
масло сливочное			5	6	5	6										
Сельдь	24	25	49	49	45	45	3	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9		б/н
Напиток из шиповника	150	200	20	20	20	20	0.68									
шиповник (целый плоды)			20	20	20	20										
сахар			15	15	15	15										
вода			230	230	230	230		0.48	13.68	66.16	3.3	0.6	17.1	82.7		б/н
Хлеб ржаной	40	50	40	50	40	50	2.64	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н
Хлеб пшеничный	50	63					2.31									
ённый полдник								8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8									
крупка пшеничная			20	20	15	15										
молоко			150	180	150	180										
сахар			3	4	3	5										
масло сливочное			3	4	2	3		0	0	13	27.7	0	0	13		392
Чай сладкий	150	200					27.7									
чай			0.2	0.2	0.2	0.2										
сахар			13	14	13	14										
Ужин								0	0	13						392
Чай сладкий	150						27.7									
чай			0.2	0.2	0.2	0.2										
сахар			13	14	13	14		9.35	57.93	366.51						14
Макароны отварные	150		35		35		8.77									
2 Ужин																
ВСЕГО	1434	1488	1176.4	1273	1106	1182	88.66									
								35.24	194.39	1233.07	56.5	28.63	160.7	986		