

Меню-раскладка (29.10.2026)

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
завтрак																	
Каша манная молочная	120	125					5.69	6.9	29	161.5	5.9	7.7	30.3	174		189	
масло сливочное			3	4	3	4											
крупа манная			14	15	14	15											
сахар			3	4	3	4											
молоко			130	180	130	180											
Батон с маслом	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	б/н		
батон			20	40	20	40											
масло сливочное			7	8	7	8											
Кофейный напиток	150	180					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																	
Напиток лимонный	150	200	4	4	5.6	5	4.2	0.08	12.3	68.25	5.6	0.1	16.4	91	282		
лимон			16	20	16	20											
сахар			16	20	16	20											
Обед																	
Суп "Кудрявый" со сметаной	180	230					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90	80		
картофель			100	100	75	75	5.11	6.64	19.6	158.6	5.11	6.64	19.62	158.6			
лук			11	11	10	10											
морковь			12	12	10	10											
масло сливочное			4	4	4	4											
пшено			8	8	8	8											
яйцо			19	19	17	17											
сметана			8	8	8	8											
вода			144	144	144	144											
Ленивые голубцы	140	170					6.4	9.8	10.6	225	16.2	16.2	12.2	319	151		
мясо говядины			84	85	82	84											
лук репчатый			10	10	8	8											
капуста			73	100	63	80											
рис			8	10	8	10											
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	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-рисовая запеканка со сгущ.молоком	130	150					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	235		
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005											
творог			95	110	95	110											
крупа рисовая			11	14	11	14											
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4											
масло сливочное			3	4	3	4											
изюм			8	10	5	5											
молоко			22	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																	
Картофель в молоке	150		150		150		3.33	3.2	1.48	132					126		
картофель			145		109												
молоко			45		43												
масло сливочное			5		5												
Чай	180.00	200.00					27.70	0.00	0.00	13.00					392		
чай			0.20		0.20												
2 Ужин																	
ВСЕГО	1658	1772	1485	1280	1387	1204	109	61	185	1625	108	55	215	1556	0.05		