

Меню-раскладка (30.01.2026)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры	
							Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность					
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал			
завтрак																	
Каша молочная геркулесовая	150	200					3.80	8.58	12.19	141	3.80	8.58	12.19	141		272	
масло сливочное			3	4	3												
крупа геркулесовая			18	20	18	20											
сахар			3	4	3	4											
молоко			150	180	150	180											
Батон с маслом	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	6/н		
батон			20	40	20	40											
масло сливочное			7	8	7	8											
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																	
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																	
Щи со сметаной на к.м.б-не	180	230					1.752	4.641	11.1	90.544	1.752	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			4	5	5	10											
мясо			11	23	10	15											
Каша гречневая	150	180			100	120	4.56	4.49	20.59	140.8	5.82	0	5.64	26.31	179.1	44	
крупа гречневая			36	46	36	46											
вода			68	81	68	81											
соль			0.4	0.5	0.4	0.5											
масло сливочное			4	5	4	5											
Гуляш из куриного мяса	40	60					18.3	15.1	12.5	166.5	18.3	15.1	12.5	166.5		45	
масло растительное			5.6	5.6	5.6	5.6											
лук репчатый			14	12	14	12											
мясо куриное			130	95	130	95											
соль			0.5	0.5	0.5	0.5											
мука пшеничная			3	3	3	3											
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	40.00	50.00					2.64	14.00	0.48	180.80	66.16	3.30	17.10	82.70		6/н	
Хлеб пшеничный	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		6/н	
Уплотнённый полдник																	
Пирожок с фаршем	140	155					17.89	18.52	54.14	455	17.89	18.52	54.14	455		562	
Курица			109	109	50	50											
молоко			30	30	27	27											
мука пшеничная		50	50	50	50	50											
сахар			3	3	3	3											
дрожжи			2	2	2	2											
яйцо			1.6	1.6	8	8											
масло растительное			7	7	7	7											
масло сливочной			4	4	4	4											
крупа рисовая			8	8	8	8											
лук репчатый			10	10	6	6											
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																	

2 Ужин															
ВСЕГО	1423.00	1789.00	1189.30	1212.40	1197.30	1275.80	89.27	71.12	190.89	1606.29	157.98	57.24	216.66	1514.95	179.15