

Меню-раскладка (30.03.2026)

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		У		
завтрак																	
Каша гречневая с маслом сливочным и сахаром	150	180	40	58	40	58	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											
Батон с маслом	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	117, 111		
батон			20	40	20	40											
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																	
Кисель	160	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19	233		
сахар			18	24	18	24											
кисель			142	190	142	170											
Обед																	
Суп с рыбными консервированными	180	200					8	2.4	13.8	137.4	10.6	2.5	18	148.1	87		
рыбные консервы			30	40	30	40											
картофель			80	90	64	72											
лук репчатый			8	10	8	9											
крупа пшенная			4	5	5	10											
масло растительное			2	3	2	3											
Картофельное пюре	120	150					3.44	3.1	20	130	5.5	4.04	30.3	198.7	206		
молоко			40	40	40	40											
картофель			150	200	105	140											
масло сливочное			5	6	5	6											
Огурец солёный	45	60	50	65	45	60	0.38	0.07	1.61	8.05	0.57	0.11	2.42	12.08	б/н		
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05 376		
сухофрукты			10	10	10	10											
сахар			13	14	13	14											
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																	
Каша кукурузная молочная	150	200	164	218	312	415	4.98	5.69	21.1	153	6.64	7.59	28.13	204	168		
крупа кукурузная			42	42	57	57											
молоко			100	100	100	100											
сахар			4	5	4	5											
масло сливочное			4	5	4	5											
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																	
Макароны отварные	150		35		35		8.77	9.35	57.93	366.51					309		
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					392		
чай			0.2		0.2												
сахар			13		13												
2 Ужин																	
ВСЕГО	1503	1527	941.4	1097	1039	1210	91.09	39.67	198.04	1399.75	125.7	23.34	187.6	1099.07	0.05		