

Меню-раскладка (30.04.2026)

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	Б	Ж	У	Ккал			
завтрак																
Каша рисовая 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 рисовая			14	15	14	15										
сахар			3	4	3	4										
молоко			130	180	130	180										
Батон с маслом	37	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 с молоком	180	200					3.64	4.16	18.1	120.9	3.9	4.5	21.6	138		514
вода			120	120	120	120										
молоко			100	100	100	100										
кофейный напиток			1	2	1	2										
сахар			13	14	13	14										
II завтрак																
Напиток лимонный	180	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 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										
Тетели 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										
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																
Ватрушка с творогом	60	80					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8		458
мука			45	50	35	50										
молоко			25	30	25	30										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
сахар			5	6	5	6										
масло сливочное			25	16	25	16										
масло растительное			3	4	1.5	2										
творог			40	50	40	50										
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	4										
крупа геркулесовая			18	20	18	20										
сахар			3	4	3	4										
Печенье	20						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н
Кисель	150						1.36	29.02	116.19							233
сахар			18		18											
кисель			142		142											
2 Ужин																

