

Меню на 31 октября 2025г.

Ясли							
Наименование блюд	№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Вит. С	Ккал
* для детей с пищевой аллергией							
5-й день							
завтрак							
Каша ячневая молочная с маслом 1/150	199	150	7.30	7.90	32.46	1.01	230.67
Каша ячневая безмолочная 1/150*	199	150	3.68	0.53	24.11	0.10	116.00
Чай с сахаром 1/150*	410	150	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00
Какао с молоком 1/150	416	150	3.11	2.43	13.94	1.20	90.09
Хлеб пшеничный (батон) 1/20	ПР	20	1.08	0.20	4.80	0.00	26.00
Сыр порционно 1/10	7	10	2.56	2.27	0.37	0.007	32.15
Бутерброд с маслом 1/20/10	1	30	10.70	7.70	9.80	0.00	116.25
Итого		360.00	24.75	20.50	61.37	2.22	495.16
2-ой завтрак							
Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	389М	100	0.27	0.00	22.8	2	92.27
обед							
Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/150	74	150	4.96	8.25	12.45	1.80	143.80
Рассольник Ленинградский без сметаны на бульоне 1/150*	74	150	6.80	3.50	10.90	2.00	102.03
Салат из свеклы с горошком 1/40	35	40	1.09	2.64	4.86	2.34	47.58
Рис отварной с маслом 1/110	332	110	2.80	3.82	26.55	0.00	151.81
Рис отварной без масла 1/110 *	332	110	2.97	2.50	26.40	0.00	138.00
Мясо отварное 1/60 *	289	60	16.73	9.46	0.53	0.26	154.40
Мясо тушеное (свинина) 1/60	256	60	9.03	8.35	2.18	0.28	120.09
Компот из сухофруктов 1/150	394	150	1.56	1.98	19.10	29.19	100.49
Хлеб ржано-пшеничный 1/40	ПР	40	2.08	0.48	17.72	0.00	85.60
Итого		550.00	21.52	25.52	82.85	33.61	649.37
Полдник							
Чай с лимоном 1/150	412	150	0.17	0.12	9.9	0.03	41.35
Чай с сахаром 1/150*	410	150	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00
Бутерброд с повидлом 25/25	2	50	2.10	0.50	26.55	0.01	119.1
Фрукт (банан) 1/100*	338М	100	2.00	1.00	21.00	8.00	98.00
Итого		200.00	2.27	0.62	36.45	0.04	160.45
Ужин							
Суп молочный с гречкой 1/150	101	150	5.53	4.53	20.52	0.70	145.00
Гречка рассыпчатая с овощами 1/150*	180	150	7.72	38	45	0.6972	253.27
Чай с сахаром 1/180	410	150	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00
Хлеб пшеничный (батон) 1/20	ПР	20	1.08	0.20	4.80	0.00	26.00
Итого		320.00	8.89	38.29	57.80	0.71	312.27