

Меню на 21 ноября 2025г.

Ясли							
Наименование блюд	№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Вит. С	Ккал
* для детей с пищевой аллергией							
10-й день							
завтрак							
Каша пшенная молочная с маслом 1/150	199	150	6.31	7.53	29.85	0.82	212.42
Каша пшенная безмолочная 1/150*	182	150	3.45	0.60	34.00	0.50	155.00
Чай с сахаром 1/150*	410	150	0.09	0.09	8	0.01	33
Какао с молоком 1/150	416	150	3.11	2.43	13.94	1.20	90.09
Бутерброд с маслом 1/20/10	1	30	10.70	7.70	9.80	0.00	116.25
Сыр порционно 1/10	ПР	10	2.56	2.27	0.37	0.007	32.15
Итого		340.00	22.68	19.93	53.96	2.03	450.91
2-ой завтрак							
Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	389М	100	0.27	0.00	22.80	2.00	92.27
обед							
Рассольник Ленинградский со сметанойна 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
Голубцы ленивые 1/180	315	180	10.92	10.81	12.10	16.83	185.46
Салат из моркови 1/50	42	50	0.63	0.01	8.00	2.40	35.23
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		570.00	20.15	21.53	69.36	50.22	550.58
Полдник							
Чай с молоком 1/150	378	150	1.11	0.93	14.11	1.01	69.46
Чай с сахаром 1/150*	410	150	0.09	0.09	8	0.01	33
Булочка 1/70	ПР	70	3.20	6.30	20.50	0.00	129.00
Фрукт (яблоко) 1/100*	386	100	0.90	0.20	8.10	8.00	43.00
Итого		220.00	4.31	7.23	34.61	1.01	198.46
Ужин							
Запеканка из творога с яблоком с повидлом 1/110/20	254	130	14.09	13.92	35.32	0.44	323.22
Макаронник с мясом 1/150*	309	150	15.81	12.04	28.04	2.17	283.85
Чай с сахаром 1/150	410	180	0.11	0.10	8.81	0.01	36.58
Салат из моркови и яблок	41	50	0.42	3.00	4.45	3.50	46.50
Хлеб пшеничный (батон) 1/20	ПР	20	1.08	0.20	4.80	0.00	26.00
Итого		380.00	15.70	17.22	53.38	3.95	432.30