

Меню-раскладка (01.07.2025)

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
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		б/н	
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	150	200					1,36		29,02	116,19	1,36	0,1	29,02	116,19		233	
кисель			18	24	18	24											
вода			142	190	142	170											
Обед																	
Щи вегитарианские со сметаной	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											
Гороховое пюре	100	120					1,62	4,1	12,3	87	1,8	5,11	13,99	103,1		422	
горох			50	55	50	55											
масло сливочное			4	5	4	5											
Котлета рыбная	80	100					9,49	2,51	10,26	115,78	10,49	3,51	11,26	115,78		143	
рыба свежая			142,86	142,86	71,43	71,43											
молоко			20	20	20	20											
масло сливочное			18	20	15	2,86	2,86										
булка			20	20	20	20											
Компот из сухофруктов																	
сухофрукты	150,00	200,00	10,00	10,00	10,00	10,00	0,17	0,00	21,10	82,30	0,17	0,00	21,10	82,30		376	
сахар			13,00	14,00	13,00	14,00											
Хлеб ржаной	40	50					2,64	14	0,48	180,8	66,16	3,3	17,1	82,7		б/н	
Хлеб пшеничный	58,00	67,00				125	2,31	0,90	14,90	78,60	3,08	1,20	19,90	104,00		б/н	
Уплотнённый полдник																	
Пудинг из творога с рисом с повидлом	130	150					15,4	10,3	26,9	204,7	17,3	8,9	22,8	192,1		235	
ванилин			0,001	0,005	0,001	0,005											
творог			95	110	95	110											
крупа манная			11	14	11	14											
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4											
масло сливочное			3	4	3	4											
изюм			8	10	5	5											
молоко			22	25													
сахар			3	4	10	10											
Чай сладкий	180	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																	
Печенье	30						2,25	3,54	22,47	125,1						б/н	
Чай сладкий	180	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									
2 Ужин															
ВСЕГО	1428	1717	763,261	856,265	837,831	19,695	98,892	44,151	166,669	1227,914	61,412	31,261	67,909	1050,714	