

Меню-раскладка (04.03.2025)

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	Ккал	
завтрак															
Салат из свеклы	40	60					0.77	2.43	3.34	37.56	0.85	3.65	5.19	56.34	33
Бутерброд с маслом и сыром	90	100					11.63	24.74	26.76	381.17	11.63	24.74	26.76	381.17	1
батон			50	60	50	60									
сыр			35.1	33	35.1	33									
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															
Сок	150	200	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69	399
Обед															
Суп полевой со сметаной	150	200					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90	79
картофель			70	80	35	48									
лук репчатый			8	10	4	8									
морковь			8	10	4	4									
крупа пшеничная					10	15									
масло растительное			2	3	1.5	2									
масло сливочное			2	3	2	2									
сметана			4	5	5	10									
Капуста тушеная	150	180					25	12	9.6	242.6	25.7	12.9	10.7	256.2	200
капуста			180	200	130	150									
лук репчатый			18	20	16	18									
морковь			18	20	16	18									
масло растительное			5	6	5	6									
томатная паста			4	5	4	5									
Тефтели мясные	80	85					13.5	7.5	17.4	138	15.4	14.20	19.9	158	174
мясо говядина			82	82	60	60									
лук репчатый			18	20	15	18									
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4									
морковь			18	20	18	20									
томатная паста			6	7	6	7									
мука			2	3	2	3									
масло сливочное			5	6	3	4									
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 пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н
Уплотнённый подник															
Запеканка творожно-манная со сгущ.молоком	130	150					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	111
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									
молоко сгущенное			20	25	20	25									
сахар			3	4	10	10									
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															
Печенье	20						2.25	3.54	22.47	125.1					б/н
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					39
чай			0.2	0.2	0.2	0.2									
сахар			13	14	13	14									
2 Ужин															
ВСЕГО	1378	1542	1119	1202.9	1012.5	1106.9	133.86	70.32	194.77	1636.43	108.99	75.44	174.35	1552.71	