

Меню-раскладка (01.08.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры	
							Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)						
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал			
завтрак																	
Каша манная молочная	150	200					5.69	6.9	29	161.5	5.9	7.7	30.3	174		43	
масло сливочное			3	4	3	4											
крупа манная			14	15	14	15											
сахар			2	3	2	3											
молоко			150	180	150	180											
Батон с маслом	50	56					4.00	1	25	154	4	1	27	139		6/н	
батон			45	50	20	40											
масло сливочное			5	6	7	8											
Кофейный напиток	180	200					4	4	18	121	4	5	22	138		395	
вода			180	200	180	200											
кофе			1	1	1	1											
сахар			12	13	12	13											
II завтрак																	
Напиток лимонный	150	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																	
Ши вегетарианские со сметаной	180	200					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			10	10	10	10											
Вермишель отварная	100	150					3.67	3.01	17.63	112	5.5	4.57	26.44	168		317	
вермишель			32	32	49	49											
масло сливочное			3.5	3.5	5	5											
Котлета из курицы	50	60					16.8	20.6	18.8	322	16.8	20.6	18.8	322		184. 18	
мясо курицы			0.043	4.286	0.03	0.107											
соль			0.001	0.107	0.001	0.107											
молоко			0.01	1.04	0.01	1.04											
мука			0.004	0.4	0.004	0.4											
масло сливочное			0.003	0.28	0.003	0.28											
Компот из сухофруктов	150.00	200.00				350	0.17	0.00	21.10	82.30	0.17	0.00	21.10	82.30	0.05	376	
сухофрукты			10.00	10.00	10.00	30											
сахар			13.00	14.00	13.00	40											
Хлеб ржаной	20	30					2.64	14	0.48	180.8	66.16	3.3	17.1	82.7		6/н	
Хлеб пшеничный	50.00	60.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		6/н	
Уплотнённый полдник																6/н	
Салат из моркови с сахаром	80	90					1.62	4.1	12.3	87	9	5.11	13.99	103			
морковь			90	100	80	90											
сахар			2	3	2	3											
Чай сладкий	180.00	200.00					27.70	0.00	0.00	13.00	30.00	0.00	0.00	14.00		392	
чай			0.20		0.20												
сахар			12.00	13.00	12.00	13.00											
Ужин																	
2 Ужин																	
ВСЕГО	1340	1646	760	847	713	1206	74	59	181	1471	152	53	224	1509	0		