

Меню-раскладка (10.06.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад				Витамин С	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность				
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Б	Ж	У		Ккал			
завтрак																	
Каша молочная геркулесовая	150	200		3	4	3		3.80	8.58	12.19	141	3.80	8.58	12.19	141		272
масло сливочное				18	20	18	20										
крупa геркулесовая				3	4	3	4										
сахар																	
Батон	40	45		30	40	30	40	4.50	1.74	30.84	157.2	4.50	1.74	30.84	157.2		б/н
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
сахар				18	24	18	24										
кисель				142	190	142	170										
Обед																	
Суп "Кудрявый" со сметаной	180	230						2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90		80
картофель				100	100	75	75	5.11	6.64	19.6	158.6	5.11	6.64	19.62	158.6		
лук				11	11	10	10										
морковь				12	12	10	10										
масло сливочное				4	4	4	4										
пшено				8	8	8	8										
яйцо				19	19	17	17										
сметана				8	8	8	8										
вода				144	144	144	144										
Ленивые голубцы	140	170						6.4	9.8	10.6	225	16.2	16.2	12.2	319		151
мясо говядины				84	85	82	84										
лук репчатый				10	10	8	8										
капуста				73	100	63	80										
рис				8	10	8	10										
масло сливочное				5	6	5	6										
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										
Огурец свежий	30	50		31.5	52.5	30	50	0.2	0.03	0.8	4.2	0.4	0.1	1.3	7		85
Хлеб ржаной	40.00	50.00						2.64	14.00	0.48	180.80	66.16	3.30	17.10	82.70		б/н
Хлеб пшеничный	58.00	67.00						2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		б/н
Уплотнённый полдник																	
Творожно-морковная запеканка с повидлом	100/30	110/40						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										
крупa манная				11	14	11	14										
яйцо				1/4	1/4	1/4	1/4										
масло сливочное				3	4	3	4										
молоко				22	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	30							2.25	3.54	22.47	125.1						б/н
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										
2 Ужин																	
ВСЕГО	1228	1567	1136.901	1270	1076	1175	97.92	53.97	183.04	1452.89	171.6	46.14	175.9	1328.49			