

Меню-раскладка (10.07.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			
завтрак																
Каша манная молочная	120	125					5,69	6,9	29	161,5	5,9	7,7	30,3	174		189
масло сливочное			3	4	3	4										
крупа манная			14	15	14	15										
сахар			3	4	3	4										
молоко			150	180	150	180										
Батон	30	47					1,80	0,65	11,5	56	3,3	1,3	23	112		б/н
Кофейный напиток	150	180					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																
Напиток лимонный	180	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																
Суп картофельный с зеленым горошком на к.м.б.не	180	200					2,31	2,75	19,15	108,44	3,1	2,86	24	131,1		133
мясо говядина			16	25	10	20										
картофель			90	100	50	0,090										
лук репчатый			8	10	7	8										
морковь			8	10	7	8										
масло растительное			2	3	2	3										
масло сливочное			2	3	2	3										
консервированный зелёный горошек			30	40	30	40										
Пудинг рыбный запеченный	70	75					10,1	5,3	20,1	165	10,1	5,3	20,1	165		269
филе рыбы мороженое			56,5	56,5	54,4	54,4										
молоко			12,8	1,28	12,8	1,28										
яйцо куриное			0,003	0,003	0,1	0,1										
масло сливочное			3,2	3,2	3,2	3,2										
соль			0,3	0,3	0,3	0,3										
батон			8,5	8,5	8,5	8,5										
Рис отварной	110	110					3,11	2,83	30,55	160	3,11	2,83	30,55	160		11
крупа рисовая			52	52												
масло сливочное			5	5												
Компот из сухофруктов	150	200					0,4		20,9	80,7	0,54		27,9	107,7	0,05	376
сухофрукты			10	10	10	10										
сахар			13	14	13	14										
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																
Сочник с творогом	90	95					1,9	4,01	16,2	150,2	2,2	4,61	31,2	190,8		108
мука			45	50	35	50										
молоко			25	30	25	30										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
сахар			5	6	5	6										
масло сливочное			25	16	25	16										
масло растительное			3	4	1,5	2										
творог			40	50	40	50										
Чай	180,00	200,00					27,70	0,00	0,00	13,00						392
чай			0,20		0,20											
Ужин																
Печенье	20						2,25	3,54	22,47	125,1						б/н
Кисель	150						1,36		29,02	116,19						233
сахар			18		18											
кисель			142		142											
2 Ужин																
ВСЕГО	1498	1502	784	705	656	661	69	45	245	1585	#ССЫЛКА!	34	262	1456	0,05	