

Меню-раскладка (10.09.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)					
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			У
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	3	
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																
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 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 пшениная						10	15									
масло растительное				2	3	1.5	2									
масло сливочное				2	3	2	2									
сметана				4	5	5	10									
Вермишель отварная	100	150	Вермишель		200	250	3.67	3.01	17.63	112	5.5	4.57	26.44	168	317	
вермишель			вермишель													
масло сливочное			масло сливочное													
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 с витамином С	150.00	200.00					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	10.00									
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	6/н	
Хлеб пшеничный	58.00	67.00				125	2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00	6/н	
Уплотнённый полдник																
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3	98	
крупа пшеничная				20	20	15	15									
молоко				150	180	150	180									
сахар				3	4	3	5									
масло сливочное				3	4	2	3									
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																
Кисель	180	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									
2 Ужин																
ВСЕГО	1398	1787	608.36	738.2	771.4	1063	83.45	80.79	197.39	1729.41	150.7	73.01	227.6	1781		