

Меню-раскладка (11.03.2025)

Наименование	Выход блюд	Брутто	Нетто	Ясли			Сад			Витамин С	№ рецептуры					
				Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность							
				ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал	
завтрак																
Каша молочная геркулесовая	150	200					3.80	8.58	12.19	141	3.80	8.58	12.19	141	272	
масло сливочное				3	4	3										
крупа геркулесовая				18	20	18	20									
сахар				3	4	3	4									
молоко				150	180	150	180									
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	
Кофеинный 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	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																
Суп с клёцками на кур/б	150	200					2.55	0.86	8.5	57.12	3.95	2.26	9.85	79.9		
картофель				90	100	60	70									
мука				18	20	20	20									
яйцо			¼	¼	¼	¼										
лук репчатый				8	10	6	8									
морковь				8	10	6	8									
масло растительное				2	3	2	3									
Гороховое пюре	100	120					1.62	4.1	12.3	87	1.8	5.11	13.99	103.1	422	
горох				50	55	50	55									
масло сливочное				4	5	4	5									
Котлета рыбная	80	100					9.49	2.51	10.26	115.78	10.49	3.51	11.26	115.78	143	
рыба свежая				142.86	142.9	71.43	71.43									
молоко				20	20	20	20									
масло словянское				18	20	15	2.86	2.86								
булка				20	20	20	20									
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 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-рисовая 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									
крупа манная				11	14	11	14									
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
масло сливочное				3	4	3	4									
изюм				8	10	5	5									
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	1168	1487	622.261	685.3	499.4	539.7	99.89	26.45	146.83	965.75	101.7	25.58	136.9	932.18		