

Меню-раскладка (11.07.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Сад				Витамин С	
							Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У		Ккал
завтрак															
Каша рисовая молочная	150	200					5,69	6,9	28,96	161,5	5,9	7,7	30,3	174	
масло сливочное			3	4	3	4									
крупа рисовая			18	20	18	20									
сахар			3	4	3	4									
молоко			130	180	130	180									
Батон с маслом	35	47					1,8	0,65	11,5	56	3,3	1,3	23	112	
батон			20	40	20	40									
масло сливочное			7	8	7	8									
Кофейный напиток	180	200					3,64	4,16	18,1	120,9	3,9	4,5	21,6	138	
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	
сахар			18	24	18	24									
кисель			142	190	142	170									
Обед															
Суп гороховый	180	200					1,46	0,7	7,7	43	1,46	0,7	7,65	43	
горох сухой			25	30	25	30									
картофель			90	100	80	90									
лук репчатый			8	10	7	8									
морковь			8	10	7	8									
масло растительное			2	3	1,5	2									
масло сливочное			4	5	4	5									
курица			80	90	60	70									
Перловка отварная	90	100	40	45	40	45	3,3	2,9	19,6	112	3,3	2,9	19,6	112	
масло сливочное			5	6	5	6									
Котлета из курицы	70	80					16,8	20,6	18,8	322	16,8	20,6	18,8	322	
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	180	200					0,17	0	21,1	82,3	0,17	0	21,1	82,3	
сухофрукты			10	10	10	10									
сахар			13	14	13	14									
Хлеб пшеничный	58	67					2,31	0,9	14,9	78,6	3,08	1,2	19,9	104	
Уплотнённый полдник															
Салат картофельный с солёными огурцами	40	60					0,8	5,5	4,3	67,1	0,8	5,5	4,3	67,1	
картофель			39,5	39,5	29	29									
лук			7,3	7,3	5,8	5,8									
масло растительное			2	2	2	2									
огурец солёный			2	2	2	2									
морковь			21	21	17	17									
Чай сладкий	180	200					27,7	0	0	13					
чай			0,2		0,2										
сахар			13		13										
Ужин															
2 Ужин															
ВСЕГО	1313	1554	2867	886,806	676,547	811,627	65,03	42,31	173,9	1159,59	40,07	44,4	510,6	1270,59	

