

Меню-раскладка (13.03.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)						
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж				У
завтрак																	
Суп молочный вермишелевый	150	200					4.40	4.5	22.6	179.5	6.7	11	26	209		48	
вермишель			15	20	15	20											
молоко			150	200	150	200											
масло сливочное			3	4	2	3											
сахар			3	4	5	5											
Батон	30	40					1.8	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н	
батон			20	40	20	40											
Кофейный напиток с молоком	150	180					2.34	2	10.63	70	2.85	2.41	14.36	91		395	
кофейный напиток			2	3	2	3											
вода			90	90	108	108											
молоко			75	75	90	90											
сахар			7	10	7	10											
II завтрак																	
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											
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											
крупя пшенная					10	15											
масло растительное			2	3	1.5	2											
масло сливочное			2	3	2	2											
сметана			4	5	5	10											
Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	110	120					12.58	18.41	12.87	267	13.58	19.41	13.87	300		71	
мясо говядина			5	7.5	7.2	7.2											
крупя рисовая			14	15	13	15											
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4											
лук репчатый			18	20	20	22											
томатная паста			6	7	6	7											
масло растительное			4	5	4	5											
масло сливочное			4	5	4	5											
мука			2	3	2	3											
Салат из свеклы	40	60					0.77	2.43	3.34	37.56	0.85	3.65	5.19	56.34		33	
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																	
Вареники ленивые со сметаной	85	100	79	86.9	78	85.8	11.3	11.95	11.65	168.5	12.43	13.15	12.815	218.35		331	
творог			80	80	80	80											
сметана			50	50	50	50											
мука пшеничная			35	50	35	50											
яйцо		5	5	4	4												
сахар			5	5	5	5											
масло сливочное			3	3	3	3											
Чай сладкий	150.00						27.70	0.00	0.00	13.00						392	
чай			0.20		0.20												
сахар			13.00		13.00										0.05		
Ужин																	
Батон с повидлом	45						2.03	3.21	11.34	127						2	
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						392	
чай			0.2		0.2												
сахар			13		13												
2 Ужин																	
ВСЕГО	1418	1367	1098	1271	1167	1280	96	0	160	1305	46	57	169	1358			