

Меню-раскладка (16.10.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Если			Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Ккал	Пищевые вещества (г)				
							Б	Ж	У	Б		Ж	У			
завтрак																
Каша ячневая молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98
крупa пшеничная			20	20	15	15										
молоко			150	180	150	180										
сахар			3	4	3	5										
масло сливочное			3	4	2	3										
Батон с маслом	37	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	б/н	
батон			20	40	20	40										
масло сливочное			7	8	7	8										
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	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 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										
крупa пшeнная					10	15										
масло растительное			2	3	1.5	2										
масло сливочное			2	3	2	2										
сметана			4	5	5	10										
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	
крупa рисовая			52	52												
масло сливочное			5	5												
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										
Хлеб ржаной	40.00	50.00					2.64	14.00	0.48	180.80	66.16	3.30	17.10	82.70	б/н	
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																
Ватрушка с творогом	60	80					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8	458	
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	
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					392	
чай			0.2	0.2	0.2	0.2										
сахар			13	14	13	14										
2 Ужин																
ВСЕГО	1438	1562	870	953	752	866	97	49	208	1480	#REF!	37	233	1365	0.05	