

Меню-раскладка (18.07.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры	
							Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			
	ясли	сад	ясли	сад	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 с маслом	35	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	180	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																	
Фрукт	100	100	100	100	100	100	1,5	0,5	21	96	1,5	0,5	21	96		б/н	
Обед																	
Суп гороховый	180	200					1,46	0,7	7,7	43	1,46	0,7	7,65	43		149	
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											
Каша гречневая	150	180			100	120	4,56	4,49	20,59	140,8	5,82	0	5,64	26,31	179,1	44	
крупа гречневая			36	46	36	46											
вода			68	81	68	81											
соль			0,4	0,5	0,4	0,5											
масло сливочное			4	5	4	5											
Гуляш из куриного мяса	40	60					18,3	15,1	12,5	166,5	18,3	15,1	12,5	166,5		45	
масло растительное			5,6	5,6	5,6	5,6											
лук репчатый			14	12	14	12											
мясо куриное			130	95	130	95											
соль			0,5	0,5	0,5	0,5											
мука пшеничная			3	3	3	3											
Компот из сухофруктов с витамином С	180	200					0,4		20,9	80,7	0,54		27,9	107,7	0,05	376	
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		б/н	
Уплотнённый полдник																	
Винегрет	45	60					0,57	4,59	3,3	57,13	0,76	6,12	4,4	76,17		90	
картофель			13,200	17,64	10,000	13,2											
свекла			8,6	11,4	6,8	9											
морковь			5,9	4,5	7,8	6											
огурец соленый			13,5	22,8	13,5	18											
лук репчатый			8,1	10,8	6,8	9											
масло растительное			4,5	6	4,5	6											
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																	
2 Ужин																	
ВСЕГО	1128,00	1354,00	442,00	691,44	635,10	570,50	66,04	39,67	142,63	993,63	50,36	22,40	122,28	657,18	179,15		