

Меню-раскладка (19.03.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры	
							Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж				У
завтрак																	
Омлет	100	130					6.50	8.6	2.66	113	6.5	8.5	2.66	113		100	
масло сливочное			3	3	3	3											
яйцо			1	1	40	40											
молоко			90	100	90	100											
Батон с маслом	35	47					1.8	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																	
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											
кондителское изделия	20	20					2.25	3.54	22.47	125.1	2.25	3.54	22.47	125.1		б/н	
Обед																	
Суп картофельный с зеленым горошком на к.м. б-не	180	200				380	2.31	2.75	19.15	108.44	3.1	2.86	24	131.1		133	
мясо говядина			16	25	10	51											
картофель			90	100	50	240											
лук репчатый			8	10	7	25											
морковь			8	10	7	25											
масло растительное			2	3	2	7											
масло сливочное			2	3	3	8											
Овощное рагу с сосиской	120	150					3.44	3.1	20	130	5.5	4.04	30.3	198.7		б/н	
картофель			90	100	70	105											
капуста			90	100	48	70											
лук репчатый			18	20	16	1											
морковь			18	20	16	1											
томатная паста			6	7	4	5											
сосиска			70	75	65	70											
масло растительное			4	5	4	5											
масло сливочное			4	5	4	5											
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05	376	
сухофрукты			10	10	10	10											
сахар			13	14	13	14											
Хлеб пшеничный	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н	
Уплотнённый полдник																	
Макаронные изделия отварная	120	130					3.68	3.01	17.63	112.3	4.78	3.91	22.92	145.99		204	
макаронные изделия			40	45	45	50											
масло сливочное			3	4	3	4											
Кабачковая икра	30	40	47	63	45	60	0.54	2.12	3.47	35.1	0.72	2.83	4.63	46.8		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											
Ужин																	
Печенье	30						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н	
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						392	
чай			0.2		0.2												
сахар			13		13												
2 Ужин																	
ВСЕГО	1415	1490	713.6	815.4	635.6	1371	111.99	32.37	173.45	1125.84	88.7	32.68	192.6	1222.89	0,05		