

**Меню-раскладка (19.11.2024)**

| Наименование                                   | Выход блюд |        | Брутто   |          | Нетто    |          | Ясли                 |       |        |         | Энергетическая ценность<br>Ккал | Сад                  |        |         |      | Витамин С | № рецептуры |
|--|------------|--------|----------|----------|----------|----------|----------------------|-------|--------|---------|---------------------------------|----------------------|--------|---------|------|-----------|-------------|
|  |            |        |          |          |          |          | Пищевые вещества (г) |       |        | Ккал    |                                 | Пищевые вещества (г) |        |         | Ккал |           |             |
|  | ясли       | сад    | ясли     | сад      | ясли     | сад      | Б                    | Ж     | У      |         | Б                               | Ж                    | У      | Ккал    |      |           |             |
| <b>завтрак</b>                                 |            |        |          |          |          |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Каша молочная геркулесовая</b>              | 150        | 200    |          |          |          |          | 3.80                 | 8.58  | 12.19  | 141     | 3.80                            | 8.58                 | 12.19  | 141     |      |           | 272         |
| масло сливочное                                |            |        | 3        | 4        | 3        |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| крупка геркулесовая                            |            |        | 18       | 20       | 18       | 20       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| сахар  |            |        | 3        | 4        | 3        | 4        |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| молоко   |            |        | 150      | 180      | 150      | 180      |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Батон с маслом</b>                          | 35         | 47     |          |          |          |          | 1.80                 | 0.65  | 11.5   | 56      | 3.3                             | 1.3                  | 23     | 112     |      |           | 117, 111    |
| масло сливочное                                |            |        | 7        | 8        | 7        | 8        |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Кофейный напиток</b>                        | 150        | 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       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>II завтрак</b>                              |            |        |          |          |          |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Кисломолочный напиток</b>                   | 180        | 200    |          |          |          |          | 3                    | 0.05  | 3.8    | 30      | 3                               | 0.05                 | 3.8    | 30      |      |           | 530.531     |
| <b>Обед</b>                                    |            |        |          |          |          |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Суп "Кудрявый" со сметаной</b>              | 180        | 230    |          |          |          |          | 2.53                 | 4.6   | 17.1   | 117.9   | 2                               | 5.2                  | 9.3    | 90      |      |           | 80          |
| картофель                                      |            |        | 100      | 100      | 75       | 75       | 5.11                 | 6.64  | 19.6   | 158.6   | 5.11                            | 6.64                 | 19.62  | 158.6   |      |           |             |
| лук  |            |        | 11       | 11       | 10       | 10       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| морковь  |            |        | 12       | 12       | 10       | 10       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| масло сливочное                                |            |        | 4        | 4        | 4        | 4        |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| пшено  |            |        | 8        | 8        | 8        | 8        |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| яйцо   |            |        | 19       | 19       | 17       | 17       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| сметана  |            |        | 8        | 8        | 8        | 8        |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| вода   |            |        | 144      | 144      | 144      | 144      |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Ленивые голубцы</b>                         | 140        | 170    |          |          |          |          | 6.4                  | 9.8   | 10.6   | 225     | 16.2                            | 16.2                 | 12.2   | 319     |      |           | 151         |
| мясо говядины                                  |            |        | 84       | 85       | 82       | 84       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| лук репчатый                                   |            |        | 10       | 10       | 8        | 8        |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| капуста  |            |        | 73       | 100      | 63       | 80       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| рис  |            |        | 8        | 10       | 8        | 10       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| масло сливочное                                |            |        | 5        | 6        | 5        | 6        |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Напиток из шиповника</b>                    | 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      |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Хлеб пшеничный</b>                          | 58         | 67     |          |          |          |          | 2.31                 | 0.9   | 14.9   | 78.6    | 3.08                            | 1.2                  | 19.9   | 104     |      |           | б/н         |
| <b>Уплотнённый полдник</b>                     |            |        |          |          |          |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Творожно-морковная запеканка с повидлом</b> | 100/30     | 110/40 |          |          |          |          | 15.4                 | 10.3  | 26.9   | 204.7   | 17.3                            | 8.9                  | 22.8   | 192.1   |      |           | 235         |
| ванилин  |            |        | 0.001    | 0.005    | 0.001    | 0.005    |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| свекла   |            |        |          |          |          |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| творог   |            |        | 95       | 110      | 95       | 110      |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| крупка манная                                  |            |        | 11       | 14       | 11       | 14       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| яйцо   |            |        | 1/4      | 1/4      | 1/4      | 1/4      |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| масло сливочное                                |            |        | 3        | 4        | 3        | 4        |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| изюм   |            |        | 8        | 10       | 5        | 5        |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| молоко   |            |        | 22       | 25       |          |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| сахар  |            |        | 3        | 4        | 10       | 10       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Чай сладкий</b>                             | 150        | 200    |          |          |          |          | 27.7                 | 0     | 0      | 13      |                                 |                      |        |         |      |           | 392         |
| чай  |            |        | 0.2      |          | 0.2      |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| сахар  |            |        | 13       |          | 13       |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Ужин</b>                                    |            |        |          |          |          |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>Печенье</b>                                 | 30         |        |          |          |          |          | 2.25                 | 3.54  | 22.47  | 125.1   |                                 |                      |        |         |      |           | б/н         |
| <b>Кисель</b>                                  | 150        | 200    |          |          |          |          | 1.36                 |       | 29.02  | 116.19  | 1.36                            | 0.1                  | 29.02  | 116.19  |      |           | 233         |
| сахар  |            |        | 18       | 24       | 18       | 24       |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| кисель   |            |        | 142      | 190      | 142      | 170      |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>2 Ужин</b>                                  |            |        |          |          |          |          |                      |       |        |         |                                 |                      |        |         |      |           |             |
| <b>ВСЕГО</b>                                   | 1188       | 1467   | 1100.201 | 1199.005 | 1038.201 | 1102.005 | 70.38                | 39.99 | 185.56 | 1284.89 | 52.63                           | 42.79                | 161.29 | 1242.79 | 0    |           |             |