

Меню-раскладка (21.03.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность Ккал	Сад			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)					
							Б	Ж	У		Б	Ж	У			
завтрак																
Каша рисовая молочная	150	200					5.69	6.9	28.96	161.5	5.9	7.7	30.3	174	55	
масло сливочное			3	4	3	4										
крупа рисовая			18	20	18	20										
сахар			3	4	3	4										
молоко			130	180	130	180										
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	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																
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 гороховый на кур.б.	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										
курица			80	90	60	70										
Перловка отварная	90	100	40	45	40	45	3.3	2.9	19.6	112	3.3	2.9	19.6	112	84	
масло сливочное			5	6	5	6										
Котлета из курицы	70	80					16.8	20.6	18.8	322	16.8	20.6	18.8	322	184. 18	
мясо курицы			0.043	4.286	0.03	0.107										
соль			0.001	0.107	0.001	0.107										
молоко			0.01	1.04	0.01	1.04										
мука			0.004	0.4	0.004	0.4										
масло сливочное			0.003	0.28	0.003	0.28										
Компот из сухофруктов с витамином С	180	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	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н	
Уплотнённый полдник																
Салат картофельный с солёными огурцами	40	60					0.8	5.5	4.3	67.1	0.8	5.5	4.3	67.1	37	
картофель			39.5	39.5	29	29										
лук			7.3	7.3	5.8	5.8										
масло растительное			2	2	2	2										
огурец солёный			2	2	2	2										
морковь			21	21	17	17										
Чай сладкий	180	200					27.7	0	0	13					392	
чай			0.2		0.2											
сахар			13		13											
Ужин																
2 Ужин																
ВСЕГО	1313	1554	2867	957.806	801.547	902.627	64.35	42.31	168.0	1138.3	39.39	44.4	510.6	1249.3	0.05	