

Меню-раскладка (21.05.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				
							Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал	
завтрак															
Салат из свеклы	40	60					0.77	2.43	3.34	37.56	0.85	3.65	5.19	56.34	33
Бутерброд с маслом и сыром	90	100					11.63	24.74	26.76	381.17	11.63	24.74	26.76	381.17	1
батон				50	60	50	60								
сыр				35.1	33	35.1	33								
масло сливочное				7	8	7	8								
Кофейный напиток	150	200					3.64	4.16	18.1	120.9	3.9	4.5	21.6	138	233
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 "Харчо"	150	200					1.8	4.4	15.05	106	2.5	5.2	18.8	131	101
картофель				70	80	40	60								
лук репчатый				8	10	7	8								
морковь				8	10	7	8								
рис				4	5	4	5								
томатная паста				6	7	6	7								
чеснок				1	2	1	2								
масло растительное				2	3	2	3								
масло сливочное				2	3	2	3								
Гороховое пюре	100	120					1.62	4.1	12.3	87	1.8	5.11	13.99	103.1	422
горох				50	55	50	55								
масло сливочное				4	5	4	5								
Тефтеля рыбная	80	100					9.49	2.51	10.26	115.78	10.49	3.51	11.26	115.78	6/н
рыба свежая				142.86	142.9	71.43	71.43								
молоко				20	20	20	20								
масло словочное				18	20	15	2.86	2.86							
булка				20	20	20	20								
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	0.05
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	6/н
Уплотнённый полдник															
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3	98
крупя пшеничная				20	20	15	15								
молоко				150	180	150	180								
сахар				3	4	3	5								
масло сливочное				3	4	2	3								
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															
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								
Печенье	20	20					2.25	3.54	22.47	125.1	2.25	3.54	22.47	125.1	6/н
2 Ужин															
ВСЕГО	1320	1740	723.36	804.3	612.5	687.7	102.4	53.13	174.24	1325.8	104	56.6	200.3	1515.49	