

Меню-раскладка (23.04.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность				
							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	
Батон	40	45	30	40	30	40	4.50	1.74	30.84	157.2	4.50	1.74	30.84	157.2		б/н	
Батон			20	40	20	40											
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																	
Напиток лимонный	180	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"	180	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		б/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	150.00	200.00					0.17	0.00	21.10	82.30	0.17	0.00	21.10	82.30	0.05	376	
сухофрукты			10.00	10.00	10.00	10.00											
сахар			13.00	14.00	13.00	14.00											
Хлеб пшеничный	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/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		б/н	
2 Ужин																	
ВСЕГО	1380	1720	681.26	783.3	570.4	666.7	95.04	30.13	178.52	1103.43	96.49	33.6	197.6	1266.12			