

Меню-раскладка (24.06.2025)

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	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	395	
кофе			1	2	1	2										
сахар			13	14	13	14										
II завтрак																
Сок	150	200	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69	399	
Обед																
Суп полевой со сметаной	150	200					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90	79	
картофель			70	80	35	48										
лук репчатый			8	10	4	8										
морковь			8	10	4	4										
крупа пшенная					10	15										
масло растительное			2	3	1.5	2										
масло сливочное			2	3	2	2										
сметана			4	5	5	10										
Капуста тушеная	150	180					25	12	9.6	242.6	25.7	12.9	10.7	256.2	200	
капуста			180	200	130	150										
лук репчатый			18	20	16	18										
морковь			18	20	16	18										
масло растительное			5	6	5	6										
томатная паста			4	5	4	5										
Котлета из курицы	50	60					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										
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										
Хлеб ржаной	40	50					2.64	14	0.48	180.8	66.16	3.3	17.1	82.7	б/н	
Хлеб пшеничный	58.00	67.00					125	2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00	б/н
Уплотнённый полдник																
Запеканка творожно-манный со сгущ.молоком	130	150					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	11	
творог			95	110	95	110										
крупа манная			11	14	11	14										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
масло сливочное			3	4	3	4										
молоко сгущенное			20	25	20	25										
сахар			3	4	10	10										
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	20						2.25	3.54	22.47	125.1					б/н	
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					39	
чай			0.2	0.2	0.2	0.2										
сахар			13	14	13	14										
2 Ужин																
ВСЕГО	1388	1567	1014.06	1100.906	934.547	1151.727	139.8	97.42	196.65	2001.23	176.55	85.14	190.35	1799.41		