

Меню-раскладка (27.03.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)					
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			
завтрак																
Салат из моркови с сахаром	80	90					1.62	4.1	12.3	87	9	5.11	13.99	103		
морковь			90	100	80	90										
сахар			2	3	2	3										
Батон с маслом	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
батон			20	40	20	40										
масло сливочное			7	8	7	8										
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8		306
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 "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										
Картофельная запеканка с мясом	125	165					8.91	6.59	20.43	177	12.13	9.5	25.7	237		291
мясо (говядина)			54	40	72	53										
масло сливочное			2	2	3	3										
картофель			153	115	204	115										
лук репчатый			10	8	13	11										
Салат луковый																
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	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																
Вареники ленивые со сметаной	85	100	79	86.9	78	85.8	11.3	11.95	11.65	168.5	12.43	13.145	12.82	218.35		331
творог			80	80	80	80										
сметана			50	50	50	50										
мука пшеничная			35	50	35	50										
яйцо		5	5	4	4	4										
сахар			5	5	5	5										
масло сливочное			3	3	3	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																
Сок	150		145.5		145.5		0.75	0.15	15.15	69						399
Печенье	30						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н
2 Ужин																
ВСЕГО	1279	1423	1032.2	910.6	1066.200	605.700	68.55	41.25	177.9	1213.6	80.65	44.765	179.2	1295.85	0.05	