

Меню-раскладка (28.01.2025)

Наименование	Выход блюд	Брутто	Нетто	Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры		
				Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)						
				ясли	сад	ясли	сад		Б	Ж	У	Ккал			
завтрак															
Каша молочная "Ассорти"	150	200				5.06	5.79	21.87	152.4	6.41	7.73	29.71	212	171	
крупа пшеничная				6	8	6	8								
крупа рисовая				6	8	6	8								
молоко				113	150	113	150								
сахар				4	5	4	5								
масло сливочное				2	3	2	3								
Батон с маслом	35	47						1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	
батон				20	40	20	40								
масло сливочное				7	8	7	8								
Кофеинный напиток	150	200						3.64	4.16	18.1	120.9	3.9	4.5	21.6	
кофе				1	2	1	2								
сахар				13	14	13	14								
II завтрак															
Кондитерское изделие	30	30				2.25	3.54	22.47	125.1	2.25	3.54	22.47	125.1	6/н	
Чай	150	200				27.7	0	0	13	27.7	0	0	13	392	
чай				0.2	0.2	0.2	0.2								
Обед															
Щи вегетарианские со сметаной	180	230				1.752	4.641	11.1	90.544	1.752	4.641	11.1	90.544	37	
картофель				65	65	45	45								
лук репчатый				5	5	4	4								
морковь				13	13	10	10								
капуста				50	50	40	40								
масло растительное				2	2	2	2							0.05	
масло сливочное				2	2	2	2								
томат				2	2	2	2								
сметана				10	10	10	10								
Вермишель отварная	100	150				3.67	3.01	17.63	112	5.5	4.57	26.44	168	317	
вермишель				32	32	49	49								
масло сливочное				3.5	3.5	5	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	0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9	6/н	
шиповник (целый плоды)			20	20	20										
сахар			15	15	15	15									
вода			230	230	230	230									
Хлеб пшеничный	30	40				2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	6/н	
Уплотнённый полдник															
Творожно-морковная запеканка со сгущ.молоком	100/30	110/40				15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	235	
ванилин				0.001	0.005	0.001	0.005								
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								
изюм				8	10	5	5								
молоко				22	25										
сахар				3	4	10	10								
Чай сладкий	150	200				27.7	0	0	13	27.7	0	0	13		
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					6/н	
Кисель	150					1.36		29.02	116.19					233	
сахар				18		18									
кисель				142		142									
2 Ужин															
ВСЕГО	1310	1527		825.961	720.9	792.4	677.2	107.312	51.34	215.979	1472.03	110	49.251	189.2	1459.544