

Меню-раскладка (28.03.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Сад			Витамин С	№ рецептуры	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность	Б	Ж	У
завтрак															
Каша молочная геркулесовая	150	200					3.80	8.58	12.19	141	3.80	8.58	12.19	141	272
масло сливочное			3	4	3										
крупа геркулесовая			18	20	18	20									
сахар			3	4	3	4									
молоко			150	180	150	180									
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									
Кофейный напиток	180	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															
Чай с лимоном	150	200					0.1	0.02	13.3	54	0.1	0.02	13.3	54	504
чай			0.6	0.6	0.6	0.6									
сахар			12	12	12	12									
лимон			12	12	8	8									
Обед															
Суп гороховый	180	200					1.46	0.7	7.7	43	1.46	0.7	7.65	43	149
горох сухой			25	30	25	30									
картофель			90	100	80	90									
лук репчатый			8	10	7	8									
морковь			8	10	7	8									
масло растительное			2	3	1.5	2									
масло сливочное			4	5	4	5									
Каша гречневая	150	180			100	120	4.56	4.49	20.59	140.8	5.82	0	5.64	26.31	179.1
крупа гречневая			36	46	36	46									
вода			68	81	68	81									
соль			0.4	0.5	0.4	0.5									
масло сливочное			4	5	4	5									
Гуляш из куриного мяса	40	60					18.3	15.1	12.5	166.5	18.3	15.1	12.5	166.5	45
масло растительное			5.6	5.6	5.6	5.6									
лук репчатый			14	12	14	12									
мясо куриное			130	95	130	95									
соль			0.5	0.5	0.5	0.5									
мука пшеничная			3	3	3	3									
Компот из сухофруктов с витамином С	180	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	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н
Уплотнённый полдник															
Винегрет	45	60					0.57	4.59	3.3	57.13	0.76	6.12	4.4	76.17	90
картофель			13.200	17.64	10.000	13.2									
свекла			8.6	11.4	6.8	9									
морковь			5.9	4.5	7.8	6									
огурец соленый			13,5	22,8	13,5	18									
лук репчатый			8.1	10.8	6.8	9									
масло растительное			4.5	6	4.5	6									
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															
2 Ужин															
ВСЕГО	1278.00	1354.00	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	570.50	64.64	39.19	134.93	951.63	50.36	22.40	122.28	657.18	179.15