

Меню-раскладка (29.01.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				
							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 с молоком	150	180					2.34	2	10.63	70	2.85	2.41	14.36	91	395
кофейный напиток				2	3	2	3								
вода				90	90	108	108								
молоко				75	75	90	90								
сахар				7	10	7	10								
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 "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								
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								
Уплотнённый полдник															
Хлеб пшеничный	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3	98
крупa 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	1320	1720	871.96	946.9	788.5	858.3	96.77	50.91	167.97	1262.25	97.07	54.43	183.1	1406.09	