

Меню-раскладка (29.01.2025)

Наименование	Выход блюд	Брутто	Нетто	Ясли			Сад			Витамин С	№ рецептуры								
				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)											
				ясли	сад	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 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													
Тефтели рыбная	80	100					9.49	2.51	10.26	115.78	10.49	3.51	11.26	115.78			6/н		
рыба свежая			142.86	142.9	71.43	71.43													
молоко			20	20	20	20													
масло словоочное			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													
Хлеб пшеничный	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		6/н			
Уплотнённый полдник																			
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98			
крупа 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		6/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					