

Меню-раскладка (29.05.2025)

Наименование	Выход блюд	Брутто		Нетто		Ясли	Сад	Витамин С	№ рецептуры							
						Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность							
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал	
завтрак																
Каша манная молочная	120	125				5.69	6.9	29	161.5	5.9	7.7	30.3	174		189	
масло сливочное			3	4	3	4										
крупа манная			14	15	14	15										
сахар			3	4	3	4										
молоко			150	180	150	180										
Батон	40	45	30	40	30	4.50	1.74	30.84	157.2	4.50	1.74	30.84	157.2		6/н	
батон			20	40	20	40										
Кофеинный 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																
Напиток лимонный	150	200	4	4	5.6	5	4.2	0.08	12.3	68.25	5.6	0.1	16.4	91		282
лимон			16	20	16	20										
сахар			16	20	16	20										
Обед																
Суп полевой на кур. б-не со сметаной	150	200				2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90		79	
картофель			70	80	35	48										
лук репчатый			8	10	4	8										
морковь			8	10	4	4										
крупа пшеничная					10	15										
масло растительное			2	3	1.5	2										
масло сливочное			2	3	2	2										
сметана			4	5	5	10										
Котлета из курицы	70	80				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										
Капуста тушеная	150	180				25	12	9.6	242.6	25.7	12.9	10.7	256.2		200	
капуста			180	200	130	150										
лук репчатый			18	20	16	18										
морковь			18	20	16	18										
масло растительное			5	6	5	6										
томатная паста			4	5	4	5										
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200				0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05	376	
сухофрукты			10	10	10	10										
сахар			13	14	13	14										
Хлеб пшеничный	50	63				2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		6/н	
Хлеб ржаной	40	50				2.64	14	0.48	180.8	66.16	3.3	17.1	82.7		6/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	12.815	218.35		331
творог			80	80	80	80										
сметана			50	50	50	50										
мука пшеничная			35	50	35	50										
яйца			5	5	4	4										
сахар			5	5	5	5										
масло сливочное			3	3	3	3										
масло сливочное			5	5	5	5										
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					392	
чай			0.2		0.2											
сахар			13		13											
Ужин																
Печенье	20	20				2.25	3.54	22.47	125.1	2.25	3.54	22.47	125.1		6/н	
Чай сладкий	150					27.7	0	0	13						392	
чай			0.2		0.2											
сахар			13		13											
2 Ужин																
<b>ВСЕГО</b>	1315	1418	675.46	1015	589.547	651.627	126.24	71.83	146.5	1532.95	138.09	64.485	170.185	1840.85		