

Меню-раскладка (31.03.2025)

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
<b>завтрак</b>														
<b>Каша гречневая с маслом сливочным и</b>	150	180					2	1	18.66	130	2	5	26	140
гречка			30	46	30	46								
сахар			5	7	5	7								
масло сливочное			5	5	5	5								
<b>Батон с маслом</b>	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112
батон			20	40	20	40								
масло сливочное			7	8	7	8								
<b>Кофеинный напиток</b>	150	200					3.64	4.16	18.1	120.9	3.9	4.5	21.6	138
кофе			1	2	1	2								
сахар			13	14	13	14								
<b>II завтрак</b>														
<b>Кисель</b>	150	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19
сахар			18	24	18	24								
кисель			142	190	142	170								
<b>Обед</b>														
<b>Суп картофельный с рыбой</b>	180	200					7.2	4.1	13.0	119	7.2	4.1	13.0	119
рыба минтай			74	92.5	37	46.3								
картофель			106.7	133.4	80	100								
лук репчатый			9.5	11.9	8	10								
соль			1	1.3	1	1.3								
морковь			10	12.5	8	10								
масло растительное			4	5	4	5								
<b>Картофельное пюре</b>	120	150					3.44	3.1	20	130	5.5	4.04	30.3	198.7
молоко			40	40	40	40								
картофель			150	200	105	140								
масло сливочное			5	6	5	6								
<b>Огурец солёный</b>	50	60	50	65	45	60	0.38	0.07	1.61	8.05	0.57	0.11	2.42	12.08
<b>Компот из сухофруктов с витамином С</b>	180	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3
сухофрукты			10	10	10	10								
сахар			13	14	13	14								
<b>Хлеб пшеничный</b>	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00
<b>Уплотнённый полдник</b>														
<b>Каша пшеничная молочная</b>	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3
крупа пшеничная			20	20	15	15								
молоко			150	180	150	180								
сахар			3	4	3	5								
масло сливочное			3	4	2	3								
<b>Чай сладкий</b>	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								
<b>Ужин</b>														
<b>Печенье</b>	30						2.25	3.54	22.47	125.1				
<b>Чай сладкий</b>	150						27.7	0	0	13				
чай			0.2		0.2									
сахар			13		13									
<b>2 Ужин</b>														
<b>ВСЕГО</b>	1218	1277	835.6	1028	712.4	853.8	79.31	20.41	143.3	821.54	52.38	18.25	136.9	781.57