

Меню-раскладка (31.03.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад				Витамин С	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность				
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		
завтрак																	
Каша гречневая с маслом сливочным и гречка	150	180					2	1	18.66	130	2	5	26	140		34	
сахар				5	7	5	7										
масло сливочное				5	5	5	5										
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	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																	
Кисель	150	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19		233	
сахар				18	24	18	24										
кисель				142	190	142	170										
Обед																	
Суп картофельный с рыбой	180	200					7.2	4.1	13.0	119	7.2	4.1	13.0	119		б/н	
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										
Картофельное пюре	120	150					3.44	3.1	20	130	5.5	4.04	30.3	198.7		206	
молоко				40	40	40	40										
картофель				150	200	105	140										
масло сливочное				5	6	5	6										
Огурец солёный	50	60		50	65	45	60	0.38	0.07	1.61	8.05	0.57	0.11	2.42	12.08	б/н	
Компот из сухофруктов с витамином С	180	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	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		б/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																	
Печенье	30						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н	
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						392	
чай				0.2		0.2											
сахар				13		13											
2 Ужин																	
ВСЕГО	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			