

Меню-раскладка (22.07.2025)

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														
Салат из свеклы	80	100					1.63	3	8.17	35	2	3.65	10	56.34
Свекла			80	100	70	90								33
масло сливочное			2	3	2	3								
сахар			1	2	1	2								
Бутерброд с маслом и сыром	75	91					11.63	24.74	26.76	381.17	11.63	24.74	26.76	381.17
батон			50	50	60	60								
сыр			20	20	25	25								
масло сливочное			5	5	6	6								
Кофеинный напиток	150	200					56.90	25	4.8	67	75.86	33.33	6.4	89.3
кофе			1	2	1	2								395
сахар			12	13	12	13								
II завтрак														
Сок	150	200	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69
														399
Обед														
Суп картофельный с крупой на к.м.б-не	150	200					2.14	2.24	13.7	83.6	2.68	2.8	17.14	104.5
мясо говядина на кости			20	14	22	17.6								204
картофель			75	93.8	60	75								
крупа			8	10	8	10								
морковь			10	12.5	8	10								
лук репчатый			9.6	12	8	10								
масло сливочное			2	2.5	2	2.5								
Салат луковый	50	60					0.98	5.55	5.5	76	0.98	5.55	5.5	76
лук			60	72	50	60								2
масло растительное			3	4	3	4								
Плов из отварной птицы	150	160					15.35	14.86	23.81	290	15.35	14.86	23.81	290
курицы			109	110	75	85								411
масло сливочное			5	5	5	5								
морковь			10	12	8	9								
лук репчатый			10	10	8	8								
крупа рисовая			35	35	35	35								
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3
сухофрукты			10	10	10	10								0.05
сахар			12	13	12	13								
вода			230	230	230	230								
Хлеб ржаной	40	50					2.64	14	0.48	180.8	66.16	3.3	17.1	82.7
Хлеб пшеничный	58	67					125	2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9
														104
Уплотнённый полдник														
Запеканка творожно-манная со сгущ.молоком	130	150					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1
творог			95	110	95	110								117
крупа манная			11	14	11	14								
яйца			1/4	1/4	1/4	1/4								
масло сливочное			3	4	3	4								
молоко сгущенное			20	25	20	25								
сахар			3	4	10	10								
Чай сладкий	150	200					27.7	0	0	13	27.7	0	0	13
чай			0.2	0.2	0.2	0.2								392
сахар			13	14	13	14								
Ужин														
Печенье	20						2.25	3.54	22.47	125.1				б/н
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13				392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2								
сахар			13	14	13	14								
ВСЕГО	1503	1678	1083.5	1171.7	1031.9	1247	167.55	104.28	183.75	1699.27	223.66	98.48	185.66	1540.41