

Меню-раскладка (21.07.2025)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность Ккал	Сад			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	№ рецептуры	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)						
							Б	Ж	У		Б	Ж	У				
завтрак																	
Каша гречневая с маслом сливочным и сахаром	130	140					2	1	18.66	130	2	5	26	140		34	
гречка			30	46	30	46											
сахар			5	7	5	7											
масло сливочное			5	5	5	5											
Батон с маслом	35	46					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н	
батон			30	40	20	40											
масло сливочное			5	6	7	8											
Кофейный напиток	150	200					3.64	4.16	18.1	120.9	3.9	4.5	21.6	138		395	
кофе			1	1	1	1											
сахар			12	13	12	13											
II завтрак																	
Кисель	150	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19		233	
кисель			160	214	150	200											
Обед																	
Суп рыбный	150	200					9.56	0.45	6.92	79.08	12.74	0.6	9.22	105.44		41	
минтай			29.7	39.6	28.2	37.6											
картофель			45	31.5	60	42											
лук репчатый			7.5	6.3	10	8.4											
морковь			12	9.6	16	12.8											
пшено			3	3	4	4											
укроп			1.5	1.11	2	1.48											
вода			180	180	240	240											
соль пищевая			0.53	0.53	0.7	0.7											
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											
Салат Витаминный	30	50					0.55	2.08	4.03	36.12	0.83	3.09	4.89	49.6			
масло растительное			1	1	2	2											
свахар			1	1	2	2											
яблоко			8	7	11.3	10											
капуста			20	16	37.5	30											
соль пищевая			0.1	0.1	0.2	0.2											
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7		376	
сухофрукты			10	10	10	10											
сахар			13	14	13	14											
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н	
Уплотнённый полдник																	
Каша кукурузная молочная	150	200					2.2	3	11.2	79	2.2	3	11.2	79		168	
крупа кукурузная			18	20	18	20											
молоко			150	180	150	180											
сахар			3	4	4	4											
масло сливочное			3	4	3	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	1453	1653	975.73	1120.94	1018.3	1142.38	84.91	18.88	177.7	1057.69	63.15	22.83	203.03	1163.63	0	