

Меню-раскладка (03.04.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Ккал		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	40	45	30	40	30	40	4.50	1.74	30.84	157.2	4.50	1.74	30.84	157.2			б/н
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																	
Кисломолочный напиток	180	200					3	0.05	3.8	30	3	0.05	3.8	30			530.531
Обед																	
Суп полевой 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											
крупы пшеничная					10	15											
масло растительное			2	3	1.5	2											
масло сливочное			2	3	2	2											
сметана			4	5	5	10											
Плов из отварной птицы	150	160					15.35	14.86	23.81	290	15.35	14.86	23.81	290			411
курицы			109	110	75	85											
масло сливочное			5	5	5	5											
морковь			10	12	8	9											
лук репчатый			10	10	8	8											
крупы рисовая			35	35	35	35											
Напиток из шиповника	150	200	20	20	20	20	0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9			б/н
шиповник (целый плоды)			20	20	20	20											
сахар			15	15	15	15											
вода			230	230	230	230											
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 кукурузная молочная	150	200					2.2	3	11.2	79	2.2	3	11.2	79			168
крупы 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																	
Батон с повидлом	45						2.03	3.21	11.34	127							2
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13							392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2											
сахар			13	14	13	14											
2 Ужин																	
ВСЕГО	1333	1427	762.4	820.4	692.9	767.4	87.14	30.78	123.3	964.3	57.91	28.81	112.7	838.9			