

Меню-раскладка (03.07.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			
завтрак																
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8	306	
Бутерброд с маслом и сыром	90	100					11.63	24.74	26.76	381.17	11.63	24.74	26.76	381.17	1	
батон			50	60	50	60										
сыр			35.1	33	35.1	33										
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																
Сок	150	150	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 с рыбными консервами	150	200					8	2.4	13.8	137.4	10.6	2.5	18	148.1	87	
рыбные консервы			30	40	30	40										
картофель			80	90	64	72										
лук репчатый			8	10	8	9										
крупа пшеничная			4	5	5	10										
масло растительное			2	3	2	3										
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										
Сосиска отварная	70	70			71.5	71.5	7.7	17.78	0.98	197.4	7.7	17.78	0.98	197.4	243	
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 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	
Сок	150		145.5				0.75	0.15	15.15	69					399	
2 Ужин																
ВСЕГО	1329	1438	1098.2	1063	1104	1055	64.02	40.88	164.8	1171.6	66.71	38.87	150.2	1543.37		