

Меню-раскладка (03.10.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность Ккал	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Б	Ж	У		
							Б	Ж	У						
завтрак															
Каша пшеничная молочная	150	200					6.80	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3	43
крупка пшеничная			18	20	15	15									
молоко			150	180	150	180									
масло сливочное			3	4	3	4									
сахар			3	4	3	4									
Батон с маслом	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	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															
Кисель	150	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19	233
кисель			142	190	142	170									
Обед															
Суп "Кудрявый" со сметаной	180	230					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90	80
картофель			100	100	75	75	5.11	6.64	19.6	158.6	5.11	6.64	19.62	158.6	
лук			11	11	10	10									
морковь			12	12	10	10									
масло сливочное			4	4	4	4									
пшено			8	8	8	8									
яйцо			19	19	17	17									
сметана			8	8	8	8									
вода			144	144	144	144									
Ленивые голубцы	140	170					6.4	9.8	10.6	225	16.2	16.2	12.2	319	151
мясо говядины			84	85	82	84									
лук репчатый			10	10	8	8									
капуста			73	100	63	80									
рис			8	10	8	10									
масло сливочное			5	6	5	6									
Напиток из шиповника	150	200					0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9	б/н
шиповник (целые плоды)			20	20	20	20									
сахар			15	15	15	15									
вода			230	230	230	230									
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н
Уплотнённый полдник															
Творожно-морковная запеканка с	100/30	110/40					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	235
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005									
творог			95	110	95	110									
крупка манная			11	14	11	14									
яйцо		1/4	1/4	1/4	1/4	1/4									
масло сливочное			3	4	3	4									
изюм			8	10	5	5									
молоко			22	25											
сахар			3	4	10	10									
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					392
чай			0.2		0.2										
сахар			13		13										
Ужин															
Печенье	30						2.25	3.54	22.47	125.1					б/н
Чай сладкий	150						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									
2 Ужин															
ВСЕГО	1308	1267	1267.401	1401.205	1202.401	1299.205	103.68	49.29	214.46	1460.19	87.43	52.74	201.69	1474.09	0