

Меню-раскладка (03.11.2023)

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																
Каша рисовая молочная	150	200					5.69	6.9	28.96	161.5	5.9	7.7	30.3	174		55
масло сливочное			3	4	3	4										
крупа рисовая			18	20	18	20										
сахар			3	4	3	4										
молоко			130	180	130	180										
Батон с маслом	20/07	30/08					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
батон			20	40	20	40										
масло сливочное			7	8	7	8										
Кофейный напиток	150	200					4	4	18	121	4	5	22	138		395
кофе			1	2	1	2										
сахар			13	14	13	14										
II завтрак																
Чай с лимоном	150	200					0.1	0.02	13.3	54	0.1	0.02	13.3	54		504
чай			0.6	0.6	0.6	0.6										
сахар			12	12	12	12										
лимон			12	12	8	8										
Обед																
Рассольник на к.м/б	150	200					1.8	4.4	15.05	106	2.5	5.2	18.8	131		96
мясо			30	33	26	29										
картофель			70	80	52	58										
лук репчатый			8	10	6	7										
морковь			8	10	6	7										
перловка			4	4.3	4	4.3										
масло сливочное			2	3	2	3										
огурец солёный			30	40	21	26										
Макаронные изделия	100	150					3.67	3.01	17.63	112	5.5	4.57	26.44	168		317
вермишель			32	32	49	49										
масло сливочное			3.5	3.5	5	5										
Котлета из курицы	50	60					16.8	20.6	18.8	322	16.8	20.6	18.8	322		184. 18
мясо курицы			0.043	4.286	0.03	0.107										
соль			0.001	0.107	0.001	0.107										
молоко			0.01	1.04	0.01	1.04										
мука			0.004	0.4	0.004	0.4										
масло сливочное			0.003	0.28	0.003	0.28										
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	0.05	376
сухофрукты			10	10	10	10										
сахар			13	14	13	14										
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																
Салат картофельный с солёными	40	60					0.8	5.5	4.3	67.1	0.8	5.5	4.3	67.1		37
картофель			39.5	39.5	29	29										
лук			7.3	7.3	5.8	5.8										
масло растительное			2	2	2	2										
огурец солёный			2	2	2	2										
морковь			21	21	17	17										
Чай сладкий	150.00						27.70	0.00	0.00	13.00						392
чай			0.20		0.20											
сахар			13.00		13.00											
Ужин																
2 Ужин																
ВСЕГО	1148	1337	515	614	479	563	65	46	163	1172	42	50	204	1378	0	