

Меню-раскладка (04.03.2024)

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										
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	200	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 гороховый	150	200					1.46	0.7	7.7	43	1.46	0.7	7.65	43		149
горох сухой					25	30	25	30								
картофель					90	100	80	90								
лук репчатый					8	10	7	8								
морковь					8	10	7	8								
масло растительное					2	3	1.5	2								
масло сливочное					4	5	4	5								
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
Напиток из шиповника	150	200			20	20	20	20	0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9
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		145.5		0.75	0.15	15.15	69						399
2 Ужин																
ВСЕГО																
	1328	1487	1111.2	1073	1119	1064	57.48	39.18	158.65	1077.2	57.57	37.07	139.8	994.3		