

Меню-раскладка (06.02.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность Ккал	Сад			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	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 с маслом	30	40					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					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
сахар			18	24	18	24											
кисель			142	190	142	170											
Обед																	
Щи с фасолью на к/м б-не	150	200					1.23	5.2	9.6	101.2	1.78	6.24	11.6	105.9			37
капуста			30	27	25	22											
картофель			65	80	60	75											
лук репчатый			10	10	8	8											
морковь			10	10	8	8											
паста томатная			3	3	3	3											
масло растительное			1.5	2	1.5	2											
фасоль			80	90	80	90											
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											
Сельдь с луком	24	25	49	49	45	45	3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5			359
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	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104			б/н
Уплотнённый полдник																	
Каша кукурузная молочная	150	200					2.2	3	11.2	79	2.2	3	11.2	79			168
крупа 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																	
Печенье	30						2.25	3.54	22.47	125.1							б/н
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13							392
чай			0.2		0.2												
сахар			13		13												
2 Ужин																	
ВСЕГО	1412	1622	907.9	1022.2	845.9	969.2	0	24.75	177.13	1087.19	54.36	54.36	201.3	1157.99	0.05		