

Меню-раскладка (07.02.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Ккал		Пищевые вещества (г)					
							Б	Ж	У		Б	Ж	У				
завтрак																	
Каша гречневая молочная	100	130					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3			94
гречка			30	35	35	40											
сахар			3	4	3	4											
молоко			130	130	150	150											
масло сливочное			3	4	3	4											
Батон с маслом	35	47					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																	
Обед																	
Суп полевой со сметаной	150	200					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90			79
картофель			70	80	35	48											
лук репчатый			8	10	4	8											
морковь			8	10	4	4											
крупа пшеничная					10	15											
масло растительное			2	3	1.5	2											
масло сливочное			2	3	2	2											
сметана			4	5	5	10											
Плов из отварной птицы	150	160					15.35	14.86	23.81	290	15.35	14.86	23.81	290			411
курицы			109	110	75	85											
масло сливочное			5	5	5	5											
морковь			10	12	8	9											
лук репчатый			10	10	8	8											
крупа рисовая			35	35	35	35											
Салат из редьки	40	50					0.63	3.514	3.8	48.684	0.63	3.514	3.8	48.684			33
редька			38	40	30	20											
масло растительное			4	4	4	4											
Напиток из шиповника	150	200					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																	
Булочка с повидлом	60	70					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8			235
мука			45	50	45	50											
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005											
молоко			20	20	20	20											
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4											
дрожжи сухие			1.1	1	0.08	0.02											
повидло			30	40	30	40											
масло сливочное			3	4	3	4											
масло растительное			3	4	1.5	2											
Молоко	150	200					2.80	3.2	4.7	59	2.8	3.2	4.7	59			
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
Ужин																	
Батон с повидлом	45						2.03	3.21	11.34	127							2
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13							392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2											
сахар			13	14	13	14											
2 Ужин																	
ВСЕГО																	
	1253	1297	865.051	907	783.8	831.7	60.32	38.6	148.15	1169.184	31.39	37.234	152.5	1084.384			