

Меню-раскладка (07.10.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность Ккал	Сад			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Б		Ж	У				
							Б	Ж	У								
<b>завтрак</b>																	
<b>Батон с маслом</b>	37	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											
<b>Каша гречневая с маслом сливочным и гречка</b>	150	180					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											
<b>Кофейный напиток</b>	160	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											
<b>II завтрак</b>																	
<b>Кисель</b>	160	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											
<b>Обед</b>																	
<b>Щи вегетарианские со сметаной</b>	180	230					1.752	4.641	11.1	90.544	1.752	4.641	11.1	90.544			37
картофель			65	65	45	45											
лук репчатый			5	5	4	4											
морковь			13	13	10	10											
капуста			50	50	40	40											
масло растительное			2	2	2	2											0.05
масло сливочное			2	2	2	2											
томат			2	2	2	2											
сметана			10	10	10	10											
<b>Картофельное пюре</b>	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											
<b>Котлета из курицы</b>	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											
<b>Компот из сухофруктов с витамином С</b>	180	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05		376
сухофрукты			10	10	10	10											
сахар			13	14	13	14											
<b>Хлеб пшеничный</b>	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104			б/н
<b>Уплотнённый полдник</b>																	
<b>Каша кукурузная молочная</b>	150	200					2.2	3	11.2	79	2.2	3	11.2	79			168
крупка кукурузная			18	20	18	20											
молоко			150	180	150	180											
сахар			3	4	4	4											
масло сливочное			3	4	3	3											
<b>Чай сладкий</b>	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											
<b>Ужин</b>																	
<b>Печенье</b>	20						2.25	3.54	22.47	125.1							б/н
<b>Чай сладкий</b>	150						27.7	0	0	13							392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2											
сахар			13	13	13	13											
<b>2 Ужин</b>																	
																	34
<b>ВСЕГО</b>	1565	1694.66	741.46	877.206	663.447	48987.7	0	39.941	196.889	1356.634	67.762	1694.7	212.059	1395.734	0.05		