

Меню-раскладка (09.01.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Ккал		Пищевые вещества (г)			Ккал		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У	Ккал			
<b>завтрак</b>																	
<b>Яйцо варёное</b>	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8		306	
<b>Бутерброд с маслом и сыром</b>	90	100					11.63	24.74	26.76	381.17	11.63	24.74	26.76	381.17		1	
батон				50	60	50	60										
сыр				35.1	33	35.1	33										
масло сливочное				7	8	7	8										
<b>Кофейный напиток</b>	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										
<b>II завтрак</b>																	
<b>Сок</b>	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	
<b>Обед</b>																	
<b>Ши из свежей капусты с тушенкой</b>	200	250					2.95	4.8	6.9	94.49	3.68	7.07	8.58	118		56	
говядина тушеная в собственном соку ГОСТ				20	30	20	30										
картофель				37	46	24	30										
лук репчатый				10	12	8	10										
морковь				14	17	10	13										
томатное пюре				2	3	2	3										
масло сливочное				3	4	3	4										
<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>Сельдь с луком</b>	24	25	49	49	45	45	3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5		359	
<b>Напиток из шиповника</b>	150	200	20	20	20	20	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										
<b>Хлеб пшеничный</b>	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		б/н	
<b>Уплотнённый полдник</b>																	
<b>Каша ячневая молочная</b>	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98	
крупа ячневая				20	20	15	15										
молоко				150	180	150	180										
сахар				3	4	3	5										
масло сливочное				3	4	2	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>	30						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н	
<b>Чай сладкий</b>	150						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>2 Ужин</b>																	
<b>ВСЕГО</b>	<b>1333</b>	<b>1443</b>	<b>976.9</b>	<b>1090</b>	<b>902.9</b>	<b>998.9</b>	<b>81.22</b>	<b>28.55</b>	<b>142.52</b>	<b>918.79</b>	<b>82.79</b>	<b>28.86</b>	<b>140.6</b>	<b>1372.37</b>			