

Меню-раскладка (09.10.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал		
завтрак																
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	50	60										
сыр			35.1	33	35.1	33										
масло сливочное			7	8	7	8										
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8		306
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
кисель			18	24	18	24										
вода			142	190	142	170										
Обед																
Уха с рыбными консервами	180	200					3.18	3.9	15.2	84.6	3.81	4.68	18.2	101.52		41
рыбные консервы			32	40	32	40										
картофель																
лук репчатый			10	12	8	10										
крупа			5	6	5	6										
масло растительное			3	4	3	4										
Картофель тушеный с курицей	110	130			12.5	12.5	6.3	4.9	9.7	111	6.3	4.9	9.7	111		489
курица			107	107	73	73										
масло сливочное			4		0.4	0.4										
картофель			97	97	73	73										
морковь			13	13	10	10										
лук репчатый			15	15	15	15										
мука пшеничная			2	2	2	2										
соль			2	2	2	2										
Компот из сухофруктов с витамином С	150	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										
Хлеб пшеничный	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н
Уплотнённый полдник																
Макаронные изделия отварная	120	140					4	3.4	30.6	192	6.5	6.2	49.9	313.6		18
макаронные изделия			30	40	45	50										
масло сливочное			5	6	3	4										
Сахар			5	7	5	7										
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	1221	1311	534.5	613.2	445.5	499.2	95.56	50.2	188.13	1380.66	69.8	50.98	196.5	1423.58	0,05	