

Меню-раскладка (10.07.2024)

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)			Энергетическая ценность			
							Б	Ж	У		Б	Ж	У		Ккал		
<b>завтрак</b>																	
Салат из свеклы	40	60					0.77	2.43	3.34	37.56	0.85	3.65	5.19	56.34			33
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											
сыр			35.1	33	35.1	33											
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			233
кофе			1	2	1	2											
сахар			13	14	13	14											
<b>II завтрак</b>																	
Кисломолочный напиток	180	200					3	0.05	3.8	30	3	0.05	3.8	30			530.531
<b>Обед</b>																	
Суп "Харчо"	150	200					1.8	4.4	15.05	106	2.5	5.2	18.8	131			101
картофель			70	80	40	60											
лук репчатый			8	10	7	8											
морковь			8	10	7	8											
рис			4	5	4	5											
томатная паста			6	7	6	7											
чеснок			1	2	1	2											
масло растительное			2	3	2	3											
масло сливочное			2	3	2	3											
Гороховое пюре	100	120					1.62	4.1	12.3	87	1.8	5.11	13.99	103.1			422
горох			50	55	50	55											
масло сливочное			4	5	4	5											
Тефтели рыбная	80	100					9.49	2.51	10.26	115.78	10.49	3.51	11.26	115.78			б/н
рыба свежая			142.86	142.9	71.43	71.43											
молоко			20	20	20	20											
масло словочное			18	20	15	2.86	2.86										
булка			20	20	20	20											
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	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104			б/н
<b>Уплотнённый полдник</b>																	
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3			98
крупа пшеничная			20	20	15	15											
молоко			150	180	150	180											
сахар			3	4	3	5											
масло сливочное			3	4	2	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											
<b>Ужин</b>																	
Кисломолочный напиток	180	200					3	0.05	3.8	30	3	0.05	3.8	30			530.531
<b>2 Ужин</b>																	
<b>ВСЕГО</b>																	
	1360	1720	674.16	746.1	561.7	628.5	74.25	49.61	147.07	1179.45	74.44	53.06	169	1346.39			