

Меню-раскладка (11.01.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У			
завтрак																
Суп молочный вермишелевый	150	200					4.40	4.5	22.6	179.5	6.7	11	26	209	48	
вермишель			15	20	15	20										
молоко			150	200	150	200										
масло сливочное			3	4	2	3										
сахар			3	4	5	5										
Батон	30	40					1.8	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	б/н	
батон			20	40	20	40										
Кофейный напиток	150	180					2.34	2	10.63	70	2.85	2.41	14.36	91	395	
кофейный напиток			2	3	2	3										
вода			90	90	108	108										
сахар			7	10	7	10										
II завтрак																
Напиток из шиповника	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										
Обед																
Свекольник на км,б	150/6	200/7					1.8	4.4	15.05	106	2.5	5.2	18.8	131	7	
мясо			11	23	10	15										
свекла			29	28	15	30										
картофель			70	80	35	40										
лук репчатый			8	10	6	8										
морковь			8	10	6	8										
масло растительное			2	3	2	3										
томатнаяпаста			3	4	3	4										
Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	110	120					12.58	18.41	12.87	267	13.58	19.41	13.87	300	71	
мясо говядина			5	75	72	72										
крупа рисовая			14	15	13	15										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
лук репчатый			18	20	20	22										
томатная паста			6	7	6	7										
масло растительное			4	5	4	5										
масло сливочное			4	5	4	5										
мука			2	3	2	3										
Салат из белокочанной капусты с	100	100					0.98	5.55	5.5	76	0.98	5.55	5.5	76	2	
капуста			80	80	40	40										
морковь			10	10	8	8										
масло растительное			5	5	5	5										
сахар			3	3	3	3										
кислота лимонная			0.06	0.06	0.06	0.06										
вода питьевая			4	4	4	4										
Компот из сухофруктов с витамином С	150.00	200.00					0.17	0.00	21.10	82.30	0.17	0.00	21.10	82.30	0.05	376
сухофрукты			10.00	10.00	10.00	10.00										
сахар			13.00	14.00	13.00	14.00										
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 поддник																
Вареники ленивые со сметаной	70	150	79	86.9	78	85.8	11.3	11.95	11.65	168.5	12.43	13.15	12.815	218.35	331	
творог																
сметана			50	50	50	50										
мука пшеничная			35	50	35	50										
яйцо			5	5	4	4										
сахар			5	5	5	5										
масло сливочное			3	3	3	3										
Чай с лимоном	150	200					0.1	0.02	13.3	54	0.1	0.02	13.3	54	504	
чай			0.6	0.6	0.6	0.6										
сахар			12	12	12	12										
лимон			12	12	8	8										
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	1298	1457	1094	1290	1080	869	67	0	170	1265	44	54	173	1473		