

Меню-раскладка (12.08.2024)

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				
завтрак																	
Батон с маслом	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											
Каша гречневая с маслом сливочным и гречка	150	180	30	46	30	46	2	1	18.66	130	2	5	26	140	34		
гречка			5	7	5	7											
сахар			5	5	5	5											
масло сливочное			5	5	5	5											
Кофейный напиток	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											
II завтрак																	
Кисель	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											
Обед																	
Щи с фасолью	150	200					1.23	5.2	9.6	101.2	1.78	6.24	11.6	105.9		37	
капуста			30	27	25	22											
картофель			65	80	60	75											
лук репчатый			10	10	8	8											
морковь			10	10	8	8											
паста томатная			3	3	3	3											
масло растительное			1.5	2	1.5	2											
фасоль			80	90	80	90											
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	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	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											
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н	
Уплотнённый полдник																	
Каша кукурузная молочная	150	200					2.2	3	11.2	79	2.2	3	11.2	79		168	
крупа кукурузная			18	20	18	20											
молоко			150	180	150	180											
сахар			3	4	4	4											
масло сливочное			3	4	3	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											
Ужин																	
Печенье	20						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																	
																34	
ВСЕГО	1295	1694.66	725.9	827.2	612.9	48987.7	0	21.7	166.25	1026.29	51.79	1694.7	173.12	1001.39	0		