

Меню-раскладка (12.09.2023)

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)				
							Б	Ж	У		Б	Ж	У			
завтрак																
Каша молочная "Ассорти"	150	200					5.06	5.79	21.87	152.4	6.41	7.73	29.71	212		171
крупя пшеничная			6	8	6	8										
крупя рисовая			6	8	6	8										
молоко			113	150	113	150										
сахар			4	5	4	5										
масло сливочное			2	3	2	3										
Батон с маслом	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		117, 111
батон			20	40	20	40										
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										
II завтрак																
Кисломолочный напиток	180	200					3	0.05	3.8	30	3	0.05	3.8	30		530.531
Обед																
Щи вегетарианские со сметаной	180	230					1.752	4.641	11.1	90.544	1.75	4.641	11.1	90.544		37
картофель			65	65	45	45										
лук репчатый			5	5	4	4										
морковь			13	13	10	10										
капуста			50	50	40	40										
масло растительное			2	2	2	2									0.05	
масло сливочное			2	2	2	2										
томат			2	2	2	2										
сметана			10	10	10	10										
Вермишель отварная	100	150					3.67	3.01	17.63	112	5.5	4.57	26.44	168		317
вермишель			32	32	49	49										
масло сливочное			3.5	3.5	5	5										
Сосиска отварная	70	70			71.5	71.5	7.7	17.78	0.98	197.4	7.7	17.78	0.98	197.4		243
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										
Хлеб пшеничный	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н
Уплотнённый полдник																
Вареники ленивые со сметаной	85	100	79	86.9	78	85.8	11.3	11.95	11.65	168.5	12.4	13.145	12.82	218.35		331
творог			80	80	80	80										
сметана			50	50	50	50										
мука пшеничная			35	50	35	50										
яйцо		5	5	4	4	4										
сахар			5	5	5	5										
масло сливочное			3	3	3	3										
Чай сладкий	150	200					27.7	0	0	13	27.7	0	0	13		
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
Кисель	150	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19		233
сахар			10	10	10	10										
кисель			18	24	18	24										
2 Ужин																
ВСЕГО	1425	1687	803.7	856.6	858.7	911.5	67.162	46.68	164.239	1203.13	70.4	47.286	171.7	1494.384		