

Меню-раскладка (12.10.2023)

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)			Ккал		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У	Ккал			
завтрак																	
Суп рисовый молочный	150	200					5.69	6.9	28.96	161.5	5.9	7.7	30.3	174		43	
рис			9	12	9	12											
молоко			150	200	150	200											
масло сливочное			0.75	1	0.75	1											
сахар			3	4	3	4											
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н	
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																	
Сок	150	150	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69		399	
Обед																	
Суп картофельный на м. б-не	а	200					2.31	2.75	19.15	108.44	3.1	2.86	24	131.1		133	
мясо говядина			16	25	10	15											
картофель			90	100	50	57											
лук репчатый			8	10	7	8											
морковь			8	10	7	8											
масло растительное			2	3	2	3											
масло сливочное			2	3	3	4											
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 рыбные	70	73					13.36	4.88	6.61	124	13.4	4.88	6.61	124		б/н	
горбуша			104	113	83	89											
лук репчатый			18	20	15	17											
яйцо			1/6	8	1/6	8											
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	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н	
Уплотнённый полдник																	
Творожно-морковная запеканка со сгущ.молоком	100/30	110/40					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1		235	
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005											
творог			95	110	95	110											
крупа манная			11	14	11	14											
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4											
масло сливочное			3	4	3	4											
изюм			8	10	5	5											
молоко			22	25													
сахар			3	4	10	10											
сгущеное молоко			30	40	30	40											
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	
Сок	150	200	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69		399	
2 Ужин																	
ВСЕГО	1216	1677	978.1177	1121	566.701	1014.21	78.49	38.73	215.49	1320.54	81.3	36.65	217.3	1225	0.05		