

Меню-раскладка (13.02.2023)

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		Ккал	Б	Ж			
завтрак																
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8		306
Батон с маслом	35	47					1.8	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
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		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 с рыбными консервами	150	200					8	2.4	13.8	137.4	10.6	2.5	18	148.1		87
рыбные консервы			30	40	30	40										
картофель			80	90	64	72										
лук репчатый			8	10	8	9										
крупя пшеничная			4	5	5	10										
масло растительное			2	3	2	3										
Картофельное пюре	120	150					3.44	3.1	20	130	5.5	4.04	30.3	198.7		206
молоко			40	40	40	40										
картофель			150	200	105	140										
масло сливочное			5	6	5	6										
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										
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	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		б/н
Уплотнённый полдник																
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98
крупя 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										
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	1394	1515	1094.96	1213	987	1092	86.05	29.15	165.67	1050.2	63.29	27.94	177.7	1152.8		