

Меню-раскладка (13.03.2023)

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			
<b>завтрак</b>																
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8		306
Бутерброд с маслом и сыром	90	100					11.63	24.74	26.76	381.17	11.63	24.74	26.76	381.17		1
батон			50	60	50	60										
сыр			35.1	33	35.1	33										
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										
<b>II завтрак</b>																
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
<b>Обед</b>																
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										
крупа 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										
Сельдь с луком	24	25	49	49	45	45	3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5		359
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
<b>Уплотнённый полдник</b>																
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98
крупа 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										
<b>Ужин</b>																
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											
<b>2 Ужин</b>																
<b>ВСЕГО</b>	<b>1283</b>	<b>1393</b>	<b>1014.9</b>	<b>1112</b>	<b>944.9</b>	<b>1029</b>	<b>86.27</b>	<b>26.15</b>	<b>149.45</b>	<b>961.7</b>	<b>62.01</b>	<b>24.29</b>	<b>150</b>	<b>1389.47</b>		