

Меню-раскладка (13.07.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность Ккал	Сад			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Б	Ж	У			
							Б	Ж	У							
завтрак																
Каша манная молочная	150	200					5.69	6.9	29	161.5	5.9	7.7	30.3	174		189
масло сливочное			3	4	3	4										
крупа манная			14	15	14	15										
сахар			3	4	3	4										
молоко			150	180	150	180										
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 с молоком	150	180					2.34	2	10.63	70	2.85	2.41	14.36	91		395
кофейный напиток			2	3	2	3										
вода			90	90	108	108										
молоко			75	75	90	90										
сахар			7	10	7	10										
II завтрак																
Напиток лимонный	150	200	4	4	5.6	5	4.2	0.08	12.3	68.25	5.6	0.1	16.4	91		282
лимон			16	20	16	20										
сахар			16	20	16	20										
Обед																
Суп картофельный с бобовыми м/б	150/20	200/20					6.9	3.24	23.1	148.4	9.6	4	37.8	226		149
мясо курицы			32	32	28	28										
картофель			90	100	54	60										
лук репчатый			3	3	2	2										
морковь			8	2	7	5										
зелёный горошек			30	40	30	40										
масло растительное			2	3	2	3										
масло сливочное			2	3	3	3										
Пудинг рыбный запеченный	60	80					10.1	5.3	20.1	165	10.1	5.3	20.1	165		269
филе рыбы мороженое			56.5	56.5	54.4	54.4										
молоко			12.8	1.28	12.8	1.28										
яйцо куриное			0.003	0.003	0.1	0.1										
масло сливочное			3.2	3.2	3.2	3.2										
соль			0.3	0.3	0.3	0.3										
батон			8.5	8.5	8.5	8.5										
Рис отворной	110	130					3.11	2.83	30.55	160	3.11	2.83	30.55	160		11
крупа рисовая			52	52												
масло сливочное			5	5												
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	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		б/н
Уплотнённый полдник																
Ватрушка с творогом	60	80					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8		458
мука			45	50	35	50										
молоко			25	30	25	30										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
сахар			5	6	5	6										
масло сливочное			25	16	25	16										
масло растительное			3	4	1.5	2										
творог			40	50	40	50										
Чай сладкий	150.00						27.70	0.00	0.00	13.00						392
чай			0.20		0.20											
сахар			13.00		13.00											
Ужин																
Кисломолочный напиток	180						3	0.05	3.8	30						530.531
2 Ужин																

ВСЕГО	1218	1137	835	907	747	838	69	26	193	1182	46	29	252	1422
--------------	------	------	-----	-----	-----	-----	----	----	-----	------	----	----	-----	------

0.05