

Меню-раскладка (13.08.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				
							Б	Ж	У	Б	Ж	У			
завтрак															
Суп молочный с макаронными изделиями	168	214					4.40	4.5	22.6	179.5	6.7	11	26	209	43
рис			15	20	15	20									
молоко			150	200	150	200									
масло сливочное			3	4	2	3									
сахар			3	4	5	5									
Батон	40	45	30	40	30	40	4.50	1.74	30.84	157.2	4.50	1.74	30.84	157.2	6/н
Кофейный напиток	150	180					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	200	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 полевой со сметаной	150	200					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90	79
картофель			70	80	35	48									
пук репчатый			8	10	4	8									
морковь			8	10	4	4									
крупы пшеничная					10	15									
масло растительное			2	3	1.5	2									
масло сливочное			2	3	2	2									
сметана			4	5	5	10									
томат			6	8											
Кукуруза консервированная	10	15					10.3	4.9	60	325.3	10.3	4.9	60	325.3	29
Рис отварной	120	140					3.11	2.83	30.55	160	3.11	2.83	30.55	160	11
Пудинг рыбный запеченный	142	148					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									
Напиток из шиповника	150	200	20	20	20	20	0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9	6/н
шиповник (целый плоды)			20	20	20	20									
сахар			15	15	15	15									
вода			230	230	230	230									
Хлеб пшеничный	50	63					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	6/н
Уплотнённый полдник															
Запеканка творожно-манная с повидлом	100	110					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	117
творог			95	110	95	110									
крупы манная			11	14	11	14									
яйцо		1/4	1/4	1/4	1/4	1/4									
масло сливочное			3	4	3	4									
молоко сгущенное			20	25	20	25									
сахар			3	4	10	10									
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					6/н
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2									
сахар			13	14	13	14									
2 Ужин															
ВСЕГО	1352	1456	757.703	804.183	713.5	779	110.97	38.42	279.16	1644.6	83.42	34.72	253.29	1508.5	0