

Меню-раскладка (14.11.2024)

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																
Суп молочный вермишелевый	150	200					4.40	4.5	22.6	179.5	6.7	11	26	209		48
вермишель			15	20	15	20										
молоко			150	200	150	200										
масло сливочное			3	4	2	3										
сахар			3	4	5	5										
Батон	30	40					1.8	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
батон			20	40	20	40										
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 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										
Обед																
Свекольник на км,б	180	200					1.8	4.4	15.05	106	2.5	5.2	18.8	131		7
мясо			11	23	10	15										
свекла			29	28	15	30										
картофель			70	80	35	40										
лук репчатый			8	10	6	8										
морковь			8	10	6	8										
масло растительное			2	3	2	3										
томатнаяпаста			3	4	3	4										
Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	110	120					12.58	18.41	12.87	267	13.58	19.41	13.87	300		71
мясо говядина			5	75	72	72										
крупа рисовая			14	15	13	15										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
лук репчатый			18	20	20	22										
томатная паста			6	7	6	7										
масло растительное			4	5	4	5										
масло сливочное			4	5	4	5										
мука			2	3	2	3										
Салат из белокочанной капусты с	90	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										
Компот из сухофруктов с витамином С	150.00	200.00					0.17	0.00	21.10	82.30	0.17	0.00	21.10	82.30	0.05	376
сухофрукты			10.00	10.00	10.00	10.00										
сахар			13.00	14.00	13.00	14.00										
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																
Вареники ленивые со сметаной	85	100	79	86.9	78	85.8	11.3	11.95	11.65	168.5	12.43	13.15	12.815	218.35		331
творог			80	80	80	80										
сметана			50	50	50	50										
мука пшеничная			35	50	35	50										
яйцо			5	5	4	4										
сахар			5	5	5	5										
масло сливочное			3	3	3	3										
Чай сладкий	150.00						27.70	0.00	0.00	13.00						392
чай			0.20		0.20											
сахар			13.00		13.00											0.05
Ужин																
Батон с повидлом	45						2.03	3.21	11.34	127						2
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						392
чай			0.2		0.2											
сахар			13		13											
2 Ужин																
ВСЕГО	1498	1407	1237	1420	1242	1359	94	0	145	1226	44	54	160	1419		