

Меню-раскладка (15.05.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>																
<b>Омлет</b>	100	130					6.50	8.6	2.66	113	6.5	8.5	2.66	113		100
масло сливочное			3	3	3	3										
яйцо			1	1	40	40										
молоко			90	100	90	100										
<b>Батон с маслом</b>	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
батон			20	40	20	40										
масло сливочное			7	8	7	8										
<b>Кофейный напиток</b>	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>																
<b>Сок</b>	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>																
<b>Ши с фасолью</b>	150	200					1.23	5.2	9.6	101.2	1.78	6.24	11.6	105.9		37
капуста			30	27	25	22										
картофель			65	80	60	75										
лук репчатый			10	10	8	8										
морковь			10	10	8	8										
паста томатная			3	3	3	3										
масло растительное			1.5	2	1.5	2										
фасоль			80	90	80	90										
<b>Картофельное пюре</b>	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										
<b>Сельдь с луком</b>	24	25	49	49	45	45	3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5		359
<b>Компот из сухофруктов с витамином С</b>	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										
<b>Хлеб пшеничный</b>	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н
<b>Уплотнённый полдник</b>																
<b>Каша кукурузная молочная</b>	150	200					2.2	3	11.2	79	2.2	3	11.2	79		168
крупа кукурузная			18	20	18	20										
молоко			150	180	150	180										
сахар			3	4	4	4										
масло сливочное			3	4	3	3										
<b>Чай сладкий</b>	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>																
<b>Батон с повидлом</b>	45						2.03	3.21	11.34	127						2
<b>Чай сладкий</b>	150						27.7	0	0	13						392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2										
сахар			13	14	13	14										
<b>2 Ужин</b>																
34																
<b>ВСЕГО</b>	1397	1740.28	947.4	1090.9	924.4	48987.7	0	32.17	136.13	1024.9	58.25	1740.3	164.09	1083.8	0.05	