

Меню-раскладка (15.09.2023)

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				
завтрак																	
Каша молочная геркулесовая	150	200					3.80	8.58	12.19	141	3.80	8.58	12.19	141		272	
масло сливочное			3	4	3												
крупа геркулесовая			18	20	18	20											
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		6/н	
батон			20	40	20	40											
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											
II завтрак																	
Чай	150	200					0.1	0.02	13.3	54	0.1	0.02	13.3	54		504	
чай			0.6	0.6	0.6	0.6											
сахар			12	12	12	12											
лимон			12	12	8	8											
Печенье	20	20					2.25	3.54	22.47	125.1	2.25	3.54	22.47	125.1		6/н	
Обед																	
Суп гороховый	150	200					1.46	0.7	7.7	43	1.46	0.7	7.65	43		149	
горох сухой			25	30	25	30											
картофель			90	100	80	90											
лук репчатый			8	10	7	8											
морковь			8	10	7	8											
масло растительное			2	3	1.5	2											
масло сливочное			4	5	4	5											
Каша гречневая	150	180			100	120	4.56	4.49	20.59	140.8	5.82	0	5.64	26.31	179.1	44	
крупа гречневая			36	46	36	46											
вода			68	81	68	81											
соль			0.4	0.5	0.4	0.5											
масло сливочное			4	5	4	5											
Бефстроганов из печени	45/30	45/40					11.1	9.5	16	226	11	15.30	25.2	331		6/н	
печень отечественная			79	79	66	66											
лук репчатый			18	20	16	18											
мука			3	3	3	3											
сметана			23	27.6	23	27.6											
морковь			18	20	16	18											
масло растительное			2	3	2	3									0.05	376	
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7			
сухофрукты			10	10	10	10											
сахар			13	14	13	14											
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104			
Уплотнённый полдник																	
Винегрет	45	60					0.57	4.59	3.3	57.13	0.76	6.12	4.4	76.17		392	
картофель			13.200	17.64	10.000	13.2											
свекла			8.6	11.4	6.8	9											
морковь			5.9	4.5	7.8	6											
огурец соленый			13,5	22,8	13,5	18											
лук репчатый			8.1	10.8	6.8	9											
масло растительное			4.5	6	4.5	6											
Чай сладкий	150	200					27.7	0	0	13	27.7	0	0	13			
чай			0.2	0.2	0.2	0.2											
сахар			13	14	13	14											
Ужин																	
																	179.15
2 Ужин																	
ВСЕГО	1208.00	1574.00	660.50	777.64	724.60	852.50	59.69	37.13	160.90	1136.23	63.71	41.26	183.25	1271.28			