

Меню-раскладка (15.11.2023)

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	Ккал		
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	б/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	150	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69	399
Обед															
Борщ со сметаной	150	200					1.09	2.95	7.6	61.5	1.81	4.91	12.74	102.5	57
капуста			15	25	12	20									
картофель			70	80	41	40									
лук репчатый			8	10	8	10									
морковь			8	10	8	10									
свекла			40	50	35	40									
масло растительное			2	3	2	3									
масло сливочное			2	3	2	3									
томат			6	8											
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									
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	0.05
сухофрукты			10	10	10	10									
сахар			13	14	13	14									
Хлеб пшеничный	50	63					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н
Уплотнённый полдник															
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3	98
крупка пшеничная			20	20	15	15									
молоко			150	180	150	180									
сахар			3	4	3	5									
масло сливочное			3	4	2	3									
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															
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	0.2	0.2									
сахар			13	14	13	14									
2 Ужин															
ВСЕГО	1407	1481	590.703	664.183	529	595	90.13	29.94	190.72	1182.2	62.29	29.33	199.98	1152.7	0.05