

Меню-раскладка (16.09.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			
завтрак																
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8		306
Бутерброд с маслом и сыром	90	100					11.63	24.74	26.76	381.17	11.63	24.74	26.76	381.17		1
батон					50	60										
сыр					35.1	33	35.1	33								
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																
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 с рыбными консервами	150	200					8	2.4	13.8	137.4	10.6	2.5	18	148.1		87
рыбные консервы					30	40	30	40								
картофель					80	90	64	72								
лук репчатый					8	10	8	9								
крупа пшеничная					4	5	5	10								
масло растительное					2	3	2	3								
Картофельное пюре	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								
Сельдь с луком	24	25	49	49	45	45	3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5		359
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								
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																
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98
крупа 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																
Печенье	30						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н
Сок	150		145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15							399
2 Ужин																
ВСЕГО	1282	1442	1147.2	1257	1077	1174	59.32	26.3	164.6	948.7	62.01	24.29	150	945.5		