

Меню-раскладка (17.12.2024)

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																
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										
Хлеб с маслом	35	47					1.8	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
хлеб			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																
Фрукт	100	100	100	100	100	100	1.5	0.5	21	96	1.5	0.5	21	96		б/н
Обед																
Суп "Кудрявый" со сметаной	180	230					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90		80
картофель			100	100	75	75	5.11	6.64	19.6	158.6	5.11	6.64	19.62	158.6		
лук			11	11	10	10										
морковь			12	12	10	10										
масло сливочное			4	4	4	4										
пшено			8	8	8	8										
яйцо			19	19	17	17										
сметана			8	8	8	8										
вода			144	144	144	144										
Ленивые голубцы	140	170					6.4	9.8	10.6	225	16.2	16.2	12.2	319		151
мясо говядины			84	85	82	84										
лук репчатый			10	10	8	8										
капуста			73	100	63	80										
рис			8	10	8	10										
масло сливочное			5	6	5	6										
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																
Творожно-морковная запеканка с повидлом	100/30	110/40					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1		235
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005										
творог			95	110	95	110										
крупа манная			11	14	11	14										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
масло сливочное			3	4	3	4										
изюм			8	10	5	5										
молоко			22	25												
сахар			3	4	10	10										
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
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										
2 Ужин																
ВСЕГО	1108	1367	1053.401	1113	991.4	1036	95.22	40.44	173.74	1247.7	105.2	43.14	149.5	1218.6		