

Меню-раскладка (18.01.2023)

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 гречневая молочная	100	130					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		94
гречка			30	35	35	40										
сахар			3	4	3	4										
молоко			130	130	150	150										
масло сливочное			3	4	3	4										
Батон с маслом	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										
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																
Кисель	150	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19		233
сахар			18	24	18	24										
кисель			142	190	142	170										
Обед																
Суп полевой со сметаной	150	200					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90		79
картофель			70	80	35	48										
лук репчатый			8	10	4	8										
морковь			8	10	4	4										
крупа пшеничная					10	15										
масло растительное			2	3	1.5	2										
масло сливочное			2	3	2	2										
сметана			4	5	5	10										
Салат из редьки	40	50					0.63	3.514	3.8	48.684	0.63	3.514	3.8	48.684		33
редька			38	40	30	20										
масло растительное			4	4	4	4										
Плов из отварной птицы	150	160					15.35	14.86	23.81	290	15.35	14.86	23.81	290		411
курицы			109	110	75	85										
масло сливочное			5	5	5	5										
морковь			10	12	8	9										
лук репчатый			10	10	8	8										
крупа рисовая			35	35	35	35										
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																
Булочка с повидлом	60	70					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8		235
мука			45	50	45	50										
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005										
молоко			20	20	20	20										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
дрожжи сухие			1.1	1	0.08	0.02										
повидло			30	40	30	40										
масло сливочное			3	4	3	4										
масло растительное			3	4	1.5	2										
Молоко	150	200					2.80	3.2	4.7	59	2.8	3.2	4.7	59		
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						
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						2
чай			0.2	0.2	0.2	0.2										392
сахар			13	14	13	14										
2 Ужин																
ВСЕГО	1403	1547	892.751	989.7	811.5	894.4	88.63	38.45	162.02	1229.374	59.7	37.184	166.4	1144.574		