

Меню-раскладка (18.01.2024)

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		
<b>завтрак</b>															
<b>Каша манная молочная</b>	120	125					5.69	6.9	29	161.5	5.9	7.7	30.3	174	189
масло сливочное			3	4	3	4									
крупа манная			14	15	14	15									
сахар			3	4	3	4									
молоко			150	180	150	180									
<b>Батон</b>	30	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	б/н
<b>Кофейный напиток</b>	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									
<b>II завтрак</b>															
<b>Обед</b>															
<b>Суп картофельный с бобовыми м/б</b>	150	180					6.9	3.24	23.1	148.4	9.6	4	37.8	226	149
мясо курицы			32	32	28	28									
картофель			90	100	54	60									
лук репчатый			3	3	2	2									
морковь			8	2	7	5									
зелёный горошек			30	40	30	40									
масло растительное			2	3	2	3									
масло сливочное			2	3	3	3									
<b>Пудинг рыбный запеченный</b>	70	75					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									
<b>Рис отварной</b>	110	110					3.11	2.83	30.55	160	3.11	2.83	30.55	160	11
крупа рисовая			52	52											
масло сливочное			5	5											
<b>Компот из сухофруктов с витамином С</b>	150	180					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	0.05
сухофрукты			10	10	10	10									
сахар			13	14	13	14									
<b>Хлеб пшеничный</b>	30.00	40.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00	б/н
<b>Уплотнённый полдник</b>															
<b>Ватрушка с творогом</b>	90	95					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8	458
мука			45	50	35	50									
молоко			25	30	25	30									
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4									
сахар			5	6	5	6									
масло сливочное			25	16	25	16									
масло растительное			3	4	1.5	2									
творог			40	50	40	50									
<b>Чай сладкий</b>	150.00	175.00					27.70	0.00	0.00	13.00					392
чай			0.20		0.20										
сахар			13.00		13.00										
<b>Ужин</b>															
<b>Печенье</b>	20						2.25	3.54	22.47	125.1					б/н
<b>Чай сладкий</b>	150						27.7	0	0	13					392
чай			0.2		0.2										
сахар			13		13										
<b>2 Ужин</b>															
<b>ВСЕГО</b>	1220	1207	625	653	503	550	94	32	207	1272	38	31	242	1378	0.05