

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        |