

Меню-раскладка (18.10.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Ккал	Пищевые вещества (г)			Ккал		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У			
завтрак																
Каша манная молочная	150	200					5.69	6.9	29	161.5	5.9	7.7	30.3	174	43	
масло сливочное			3	4	3	4										
крупа манная			14	15	14	15										
сахар			3	4	3	4										
молоко			150	180	150	180										
Батон с маслом	37	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	180	200					4	4	18	121	4	5	22	138	395	
молоко			130	180	130	180										
кофе			1	2	1	2										
сахар			13	14	13	14										
II завтрак																
Чай с лимоном	150	200					0.1	0.02	13.3	54	0.1	0.02	13.3	54	504	
чай			0.6	0.6	0.6	0.6										
сахар			12	12	12	12										
лимон			12	12	8	8										
Обед																
Ши на к.м.б-не	180	230					1.752	4.641	11.1	90.544	1.752	4.641	11.1	90.544	37	
картофель			65	65	45	45										
лук репчатый			5	5	4	4										
морковь			13	13	10	10										
капуста			50	50	40	40										
масло растительное			2	2	2	2								0.05		
масло сливочное			2	2	2	2										
томат			2	2	2	2										
Макаронные изделия	100	150					3.67	3.01	17.63	112	5.5	4.57	26.44	168	317	
вермишель			32	32	49	49										
масло сливочное			3.5	3.5	5	5										
Котлета из курицы	70	80					16.8	20.6	18.8	322	16.8	20.6	18.8	322	184.18	
мясо курицы			0.043	4.286	0.03	0.107										
соль			0.001	0.107	0.001	0.107										
молоко			0.01	1.04	0.01	1.04										
мука			0.004	0.4	0.004	0.4										
масло сливочное			0.003	0.28	0.003	0.28										
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															б/н	
Винегрет	45	60					0.57	4.59	3.3	57.13	0.76	6.12	4.4	76.17	90	
картофель			13.200	17.64	10.000	13.2										
свекла			8.6	11.4	6.8	9										
морковь			5.9	4.5	7.8	6										
огурец соленый			13.5	22.8	13.5	18										
лук репчатый			8.1	10.8	6.8	9										
масло растительное			4.5	6	4.5	6										
Чай сладкий	180.00						27.70	0.00	0.00	13.00					392	
чай			0.20		0.20											
сахар			13.00		13.00											
Ужин																
2 Ужин																
ВСЕГО	1263	1387	879	987	855	957	65	41	161	1161	1161	50	192	1334	0	