

Меню-раскладка (19.01.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Ккал	Пищевые вещества (г)			
							Б	Ж	У	Б		Ж	У		
завтрак															
Каша рисовая молочная	150	200					5.69	6.9	28.96	161.5	5.9	7.7	30.3	174	55
масло сливочное			3	4	3	4									
крупа рисовая			18	20	18	20									
сахар			3	4	3	4									
молоко			130	180	130	180									
Батон с маслом	35	47					1.8	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 на молоке	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									
молоко			75	75	90	90									
II завтрак															
Обед															
Суп гороховый	150	200					1.46	0.7	7.7	43	1.46	0.7	7.65	43	149
горох сухой			25	30	25	30									
картофель			90	100	80	90									
лук репчатый			8	10	7	8									
морковь			8	10	7	8									
масло растительное			2	3	1.5	2									
масло сливочное			4	5	4	5									
Салат из белокочанной капусты с	100	100					0.98	5.55	5.5	76	0.98	5.55	5.5	76	2
капуста			80	80	40	40									
морковь			10	10	8	8									
масло растительное			5	5	5	5									
сахар			3	3	3	3									
кислота лимонная			0.06	0.06	0.06	0.06									
вода питьевая			4	4	4	4									
Котлета из курицы	50	60					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									
Перловка отварная	50	60	40	45	40	45	3.3	2.9	19.6	112	3.3	2.9	19.6	112	84
масло сливочное			5	6	5	6									
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05 376
сухофрукты			10	10	10	10									
сахар			13	14	13	14									
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н
Уплотнённый полдник															
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									
Салат картофельный с солёными	40	60					0.8	5.5	4.3	67.1	0.8	5.5	4.3	67.1	37
картофель			39.5	39.5	29	29									
лук			7.3	7.3	5.8	5.8									
масло растительное			2	2	2	2									
огурец солёный			2	2	2	2									
морковь			21	21	17	17									
Ужин															
2 Ужин															

BCEFO	8249	1314	9563	712.666	597.007	662.487	37.05	47.88	163.71	1173.4	34.11	44.47	484.84	1003.3	0.05
--------------	------	------	------	---------	---------	---------	-------	-------	--------	--------	-------	-------	--------	--------	------