

Меню-раскладка (19.12.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность Ккал	Сад			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)					
							Б	Ж	У	Б	Ж	У				
завтрак																
Каша манная молочная	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										
Батон	30	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
Кофейный напиток	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										
II завтрак																
Напиток лимонный	150	200	4	4	5.6	5	4.2	0.08	12.3	68.25	5.6	0.1	16.4	91		282
лимон			16	20	16	20										
сахар			16	20	16	20										
Обед																
Рассольник на к.м/б	150	200					1.8	4.4	15.05	106	2.5	5.2	18.8	131		96
мясо			30	33	26	29										
картофель			70	80	52	58										
лук репчатый			8	10	6	7										
морковь			8	10	6	7										
перловка			4	4.3	4	4.3										
масло сливочное			2	3	2	3										
огурец солёный			30	40	21	26										
Пудинг рыбный запеченный	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										
Рис отварной	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												
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										
Компот из сухофруктов с витамином С	150	180					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	0.05	376
сухофрукты			10	10	10	10										
сахар			13	14	13	14										
Хлеб пшеничный	30.00	40.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		б/н
Уплотнённый полдник																
Сочник с творогом	90	95					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8		108
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										
Чай	180.00	200.00					27.70	0.00	0.00	13.00						392
чай			0.20		0.20											
Ужин																
Печенье	20						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н
Кисель	150						1.36		29.02	116.19						233
сахар			18		18											
кисель			142		142											
2 Ужин																
ВСЕГО	1400	1452	822	738	699	612	67	36	244	1450	36	36	244	1422	0.05	