

Меню-раскладка (20.05.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Б		Ж	У	Ккал			
							Б	Ж	У								
завтрак																	
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											
Каша гречневая с маслом сливочным и гречка	150	180					2	1	18.66	130	2	5	26	140			34
гречка			30	46	30	46											
сахар			5	7	5	7											
масло сливочное			5	5	5	5											
Кофейный напиток	160	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											
II завтрак																	
Кисель	160	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19			233
сахар			18	24	18	24											
кисель			142	190	142	170											
Обед																	
Щи вегетарианские со сметаной	180	200					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											
Картофельное пюре	100	150					3.44	3.1	20	130	5.5	4.04	30.3	198.7			206
молоко			40	40	40	40											
картофель			150	200	105	140											
масло сливочное			5	6	5	6											
Сельдь	50	70					3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5			359
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					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	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104			б/н
Уплотнённый полдник																	
Каша кукурузная молочная	150	200					2.2	3	11.2	79	2.2	3	11.2	79			168
крупа кукурузная			18	20	18	20											
молоко			150	180	150	180											
сахар			3	4	4	4											
масло сливочное			3	4	3	3											
Чай сладкий	150	200					27.7	0	0	13	27.7	0	0	13			392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2											
сахар			13	14	13	14											
Ужин																	
Печенье	20						2.25	3.54	22.47	125.1							б/н
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13							392
чай			0.2		0.2												
сахар			13		13												
2 Ужин																	
																	34
ВСЕГО	1515	1694.66	780.4	910.2	698.4	48987.7	0	22.541	178.669	1076.534	54.332	1694.7	200.839	1142.634	0.05		