

Меню-раскладка (20.07.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			
завтрак																
Суп рисовый молочный	150	200					5.69	6.9	28.96	161.5	5.9	7.7	30.3	174		43
рис			9	12	9	12										
молоко			150	200	150	200										
масло сливочное			0.75	1	0.75	1										
сахар			3	4	3	4										
Батон	30	40					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
Кофейный напиток	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										
II завтрак																
Сок	150	150	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69		399
Обед																
Суп картофельный на к. м. б-не	ё	200					2.31	2.75	19.15	108.44	3.1	2.86	24	131.1		133
мясо говядина			16	25	10	15										
картофель			90	100	50	57										
лук репчатый			8	10	7	8										
морковь			8	10	7	8										
масло растительное			2	3	2	3										
масло сливочное			2	3	3	4										
Гороховое пюре	100	120					1.62	4.1	12.3	87	1.8	5.11	13.99	103.1		422
горох			50	55	50	55										
масло сливочное			4	5	4	5										
Тефтели рыбные	70	73					13.36	4.88	6.61	124	13.36	4.88	6.61	124		б/н
горбуша			104	113	83	89										
лук репчатый			18	20	15	17										
яйцо			1/6	8	1/6	8										
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																
Творожно-морковная запеканка со сгущ.молоком	100/30	110/40					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1		235
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005										
творог			95	110	95	110										
крупа манная			11	14	11	14										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
масло сливочное			3	4	3	4										
изюм			8	10	5	5										
молоко			22	25												
сахар			3	4	10	10										
сгущеное молоко			30	40	30	40										
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	30						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н
Сок	150	200	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69		399
2 Ужин																
ВСЕГО	1158	1610	978.1177	1121	566.701	1014.21	77.98	38.48	212.09	1297.94	81.48	36.75	220.4	1233	0.05	