

Меню-раскладка (20.09.2024)

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	У	Ккал		
<b>завтрак</b>																
<b>Каша рисовая молочная</b>	180	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										
<b>Батон с маслом</b>	37	47					1.80	0.65	11.5		56	3.3	1.3	23	112	6/н
батон			20	40	20	40										
масло сливочное			7	8	7	8										
<b>Кофейный напиток</b>	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										
<b>II завтрак</b>																
<b>Чай с лимоном</b>	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										
<b>Обед</b>																
<b>Ши вегетарианские со сметаной</b>	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										
сметана			10	10	10	10										
<b>Макаронные изделия</b>	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										
<b>Котлета из курицы</b>	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										
<b>Напиток из шиповника</b>	150	200					0.68	0	23.05		94.9	0.68	0	23.05	94.9	6/н
шиповник (целый плоды)			20	20	20	20										
сахар			15	15	15	15										
вода			230	230	230	230										
<b>Хлеб пшеничный</b>	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90		78.60	3.08	1.20	19.90	104.00	6/н
<b>Уплотнённый полдник</b>																6/н
<b>Салат из моркови с сахаром</b>	80	90					1.62	4.1	12.3		87	9	5.11	13.99	103	
морковь			90	100	80	90										
сахар			2	3	2	3										
<b>Чай сладкий</b>	180.00						27.70	0.00	0.00		13.00					392
чай			0.20		0.20											
сахар			13.00		13.00											
<b>Ужин</b>																
<b>2 Ужин</b>																
<b>ВСЕГО</b>	1328	1417	924	1055	895	1021	66	45	170		1190	1190	50	202	1360	0