

Меню-раскладка (21.02.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры	
							Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал			
завтрак																	
Каша пшеничная молочная	150	200					6.80	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		43	
крупы пшеничные			18	20	15	15											
молоко			150	180	150	180											
масло сливочное			3	4	3	4											
сахар			3	4	3	4											
Батон с маслом	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	6/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																	
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																	
Суп "Кудрявый" со сметаной	180	230					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90		80	
картофель			100	100	75	75	5.11	6.64	19.6	158.6	5.11	6.64	19.62	158.6			
лук			11	11	10	10											
морковь			12	12	10	10											
масло сливочное			4	4	4	4											
пшено			8	8	8	8											
яйцо			19	19	17	17											
сметана			8	8	8	8											
вода			144	144	144	144											
Ленивые голубцы	140	170					6.4	9.8	10.6	225	16.2	16.2	12.2	319		151	
мясо говядины			84	85	82	84											
лук репчатый			10	10	8	8											
капуста			73	100	63	80											
рис			8	10	8	10											
масло сливочное			5	6	5	6											
Напиток из шиповника	150	200					0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9		6/н	
шиповник (целые плоды)			20	20	20	20											
сахар			15	15	15	15											
вода			230	230	230	230											
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		6/н	
Уплотнённый полдник																	
Творожно-морковная запеканка с	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											
крупы манная			11	14	11	14											
яйцо		1/4	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											
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						392	
чай			0.2		0.2												
сахар			13		13												
Ужин																	
Кисель	150	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19		233	
сахар			10	10	10	10											
кисель			18	24	18	24											
2 Ужин																	

Всего	1278	1467	1158.201	1251.005	1094.801	1170.005	77.93	45.83	204.29	1390.34	65.33	52.84	218.09	1552.09	0	