

Меню-раскладка (22.01.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Ккал		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У	Ккал			
завтрак																	
Омлет	100	130					6.50	8.6	2.66	113	6.5	8.5	2.66	113		100	
масло сливочное			3	3	3	3											
яйцо			1	1	40	40											
молоко			90	100	90	100											
Батон с маслом	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		117, 111	
батон			20	40	20	40											
масло сливочное			7	8	7	8											
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																	
Обед																	
Уха с рыбными консервами	180	200					3.18	3.9	15.2	84.6	3.81	4.68	18.2	101.52		41	
рыбные консервы			32	40	32	40											
картофель																	
лук репчатый			10	12	8	10											
крупа			5	6	5	6											
масло растительное			3	4	3	4											
Картофельное пюре	100	150					2.44	4.19	14.45	113.6	3.05	5.24	18.06	142		206	
молоко			19	24	19	24											
картофель																	
масло сливочное			4	5	4	5											
Сосиска отварная	70	70			71.5	71.5	7.7	17.78	0.98	197.4	7.7	17.78	0.98	197.4		243	
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05	376	
сухофрукты			10	10	10	10											
сахар			13	14	13	14											
Хлеб пшеничный	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н	
Уплотнённый полдник																	
Макаронные изделия отварная	120	130					3.68	3.01	17.63	112.3	4.78	3.91	22.92	145.99		204	
макаронные изделия			40	45	45	50											
масло сливочное			3	4	3	4											
Кабачковая икра	30	40	47	63	45	60	0.54	2.12	3.47	35.1	0.72	2.83	4.63	46.8		б/н	
Печенье	30	30					2.25	3.54	22.47	125.1						б/н	
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	
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						392	
чай			0.2		0.2												
сахар			13		13												
2 Ужин																	
ВСЕГО	1290	1407	347.4	409.2	458.9	519.7	91.86	52.39	164.91	1270	64.71	49.94	153.1	1196.01	0,05		