

Меню-раскладка (22.03.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У			
завтрак																
Каша молочная геркулесовая	150	200					3.80	8.58	12.19	141	3.80	8.58	12.19	141		272
масло сливочное			3	4	3											
крупка геркулесовая			18	20	18	20										
сахар			3	4	3	4										
молоко			150	180	150	180										
Батон с маслом	35	47					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																
Кисломолочный напиток	180	200					3	0.05	3.8	30	3	0.05	3.8	30		530.531
Рассольник на к.м/б																
мясо	150	200	30	33	26	29	1.8	4.4	15.05	106	2.5	5.2	18.8	131		96
картофель			70	80	52	58										
лук репчатый			8	10	6	7										
морковь			8	10	6	7										
перловка			4	4.3	4	4.3										
масло сливочное			2	3	2	3										
огурец солёный			30	40	21	26										
Картофель тушёный с курицей	110	130			12,5	12,5	6.3	4.9	9.7	111	6.3	4.9	9.7	111		489
курица			107	107	73	73										
масло сливочное			4	4	0,4	0,4										
картофель			97	97	73	73										
морковь			13	13	10	10										
лук репчатый			15	15	15	15										
мука пшеничная			2	2	2	2										
соль			2	2	2	2										
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																
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
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						392
чай			0.2		0.2											
сахар			13		13											
Ужин																
Печенье	30	30					2.25	3.54	22.47	125.1	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	1278	1197	434.4	461.3	302.4	317.3	81.12	23.73	137.52	881.7	30.37	27.43	174.72	1051.59	0.05	