

Меню-раскладка (22.08.2023)

Наименование	Выход блюда		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				
							Б	Ж	У	Б	Ж	У	Ккал		
завтрак															
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8	306
Батон с маслом	30	40					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	б/н
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															
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 полевой со сметаной	150	200					2.53	4.6	17.1	117.9	2	5.2	9.3	90	79
картофель			70	80	35	48									
лук репчатый			8	10	4	8									
морковь			8	10	4	4									
крупка пшеничная					10	15									
масло растительное			2	3	1.5	2									
масло сливочное			2	3	2	2									
сметана			4	5	5	10									
Капуста тушеная	150	180					25	12	9.6	242.6	25.7	12.9	10.7	256.2	200
капуста			180	200	130	150									
лук репчатый			18	20	16	18									
морковь			18	20	16	18									
масло растительное			5	6	5	6									
томатная паста			4	5	4	5									
Тефтели мясные	80	85					13.5	7.5	17.4	138	15.4	14.20	19.9	158	174
мясо говядина			82	82	60	60									
лук репчатый			18	20	15	18									
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4									
морковь			18	20	18	20									
томатная паста			6	7	6	7									
мука			2	3	2	3									
масло сливочное			5	6	3	4									
Напиток из шиповника	150	200	20	20	20	20	0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9	б/н
шиповник (целый 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	б/н
Уплотнённый полдник															
Запеканка творожно-манная со сгущ.молоком	130	150					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	117
творог			95	110	95	110									
крупка манная			11	14	11	14									
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4									
масло сливочное			3	4	3	4									
молоко сгущенное			20	25	20	25									
сахар			3	4	10	10									
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															
Батон с повидлом	45						2.03	3.21	11.34	127					2
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2									
сахар			13	14	13	14									
2 Ужин															
ВСЕГО															
	1364	1433	1053.9	1149.9	947.4	1053.9	128.36	48.13	165.34	1338.4	105.13	53.01	165.7	1290	