

Меню-раскладка (23.06.2023)

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
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																
Чай с лимоном	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										
Печенье	20	20					2.25	3.54	22.47	125.1	2.25	3.54	22.47	125.1		б/н
Обед																
Суп гороховый	150	200					1.46	0.7	7.7	43	1.46	0.7	7.65	43		149
горох сухой			25	30	25	30										
картофель			90	100	80	90										
лук репчатый			8	10	7	8										
морковь			8	10	7	8										
масло растительное			2	3	1.5	2										
масло сливочное			4	5	4	5										
Каша гречневая	150	180			100	120	4.56	4.49	20.59	140.8	5.82	0	5.64	26.31		44
крупка гречневая			36	46	36	46										
вода			68	81	68	81										
соль			0.4	0.5	0.4	0.5										
масло сливочное			4	5	4	5										
Гуляш из куриного мяса	40	60					18.3	15.1	12.5	166.5	18.3	15.1	12.5	166.5		45
масло растительное			5.6	5.6	5.6	5.6										
лук репчатый			14	12	14	12										
мясо куриное			130	95	130	95										
соль			0.5	0.5	0.5	0.5										
мука пшеничная			3	3	3	3										
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																
Винегрет	45	60					0.57	4.59	3.3	57.13	0.76	6.12	4.4	76.17		90
картофель			13.200	17.64	10.000	13.2										
свекла			8.6	11.4	6.8	9										
морковь			5.9	4.5	7.8	6										
огурец соленый			13,5	22,8	13,5	18										
лук репчатый			8.1	10.8	6.8	9										
масло растительное			4.5	6	4.5	6										
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																
2 Ужин																
ВСЕГО	1248.00	1634.00	728.10	814.54	807.20	570.50	66.89	42.73	157.40	1076.73	71.01	41.06	170.55	1106.78	0.05	