

Меню-раскладка (23.10.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У			
завтрак																
Яйцо варёное	1	1					5.32	4.66	0.3	62.8	5.32	4.66	0.3	62.8		306
Хлеб с маслом	35	47					1.8	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112		б/н
хлеб			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 с рыбными консервировани	150	200					8	2.4	13.8	137.4	10.6	2.5	18	148.1		87
рыбные консервы			30	40	30	40										
картофель			80	90	64	72										
лук репчатый			8	10	8	9										
крупа пшеничная			4	5	5	10										
масло растительное			2	3	2	3										
Картофельное пюре	120	150					3.44	3.1	20	130	5.5	4.04	30.3	198.7		206
молоко			40	40	40	40										
картофель			150	200	105	140										
масло сливочное			5	6	5	6										
Огурец солёный	45	60	50	65	45	60	0.38	0.07	1.61	8.05	0.57	0.11	2.42	12.08		б/н
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	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00		б/н
Уплотнённый полдник																
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98
крупа пшеничная			20	20	15	15										
молоко			150	180	150	180										
сахар			3	4	3	5										
масло сливочное			3	4	2	3										
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																
Печень	30						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н
Сок	150		145.5				0.75	0.15	15.15	69						399
2 Ужин																
Молоко	150		157.5	150			4.19	4.79	7.56	90.09						299
ВСЕГО																
	1453	1427	1305.7	1278	1077	1044	60.89	27.96	172.99	1072.34	59.6	21.2	151.6	914.08		