

Меню-раскладка (24.03.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Сад			Витамин С	№ рецептуры	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность					
							Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж			У
завтрак															
Каша рисовая молочная	150	200					5.69	6.9	28.96	161.5	5.9	7.7	30.3	174	55
масло сливочное			3	4	3	4									
крупа рисовая			18	20	18	20									
сахар			3	4	3	4									
молоко			130	180	130	180									
Батон с маслом	35	47					1.8	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															
Напиток из шиповника	150	200					0.68	0	23.05	94.9	0.68	0	23.05	94.9	б/н
шиповник (целые плоды)			20	20	20	20									
сахар			15	15	15	15									
вода			230	230	230	230									
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	90	100									
лук репчатый			8	10	7	8									
морковь			8	10	7	8									
масло растительное			2	3	1.5	2									
масло сливочное			4	5	4	5									
Котлета из курицы	50	60					16.8	20.6	18.8	322	16.8	20.6	18.8	322	184.18
мясо курицы			0.043	4.3	0.03	0.1									
соль			0.001	0.107	0.001	0.107									
молоко			0.01	1	0.01	1									
мука			0.004	0.4	0.004	0.4									
масло сливочное			0.003	0.3	0.003	0.3									
Перловка отварная	50	60	40	45	40	45	3.3	2.9	19.6	112	3.3	2.9	19.6	112	84
масло сливочное			5	6	5	6									
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05
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															
Салат свекольный	70	80					0.585	3.48	7.394	61.384	0.585	3.48	7.394	104	16
свекла			60	60	48	48									
сахар-песок			3	3	3	3									
масло растительное			4	4	4	4									
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					392
чай			0.2		0.2										
сахар			13		13										
Ужин															
2 Ужин															
ВСЕГО	8579	1314	9893	####	#####	###	64.135	37.39	171.1	1145.584	39.175	42.38	192.394	1286.2	0.05