

Меню-раскладка (24.07.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Ккал		Пищевые вещества (г)					
							Б	Ж	У		Б	Ж	У				
<b>завтрак</b>																	
<b>Каша гречневая молочная</b>	100	130					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3			94
гречка			30	35	35	40											
сахар			3	4	3	4											
молоко			130	130	150	150											
масло сливочное			3	4	3	4											
<b>Батон с маслом</b>	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											
<b>Кофейный напиток</b>	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											
<b>II завтрак</b>																	
<b>Кисель</b>	150	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19			233
сахар			18	24	18	24											
кисель			142	190	142	170											
<b>Обед</b>																	
<b>Суп полевой со сметаной</b>	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											
крупа пшеничная					10	15											
масло растительное			2	3	1.5	2											
масло сливочное			2	3	2	2											
сметана			4	5	5	10											
<b>Плов из отварной птицы</b>	150	160					15.35	14.86	23.81	290	15.35	14.86	23.81	290			411
курицы			109	110	75	85											
масло сливочное			5	5	5	5											
морковь			10	12	8	9											
лук репчатый			10	10	8	8											
крупа рисовая			35	35	35	35											
<b>Огурец свежий</b>	30	40	63.1/9	63.1	60	60	0.42	0.06	1.14	6.78	0.42	0.06	1.14	6.78			б/н
<b>Напиток из шиповника</b>	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											
<b>Хлеб пшеничный</b>	58.00	67.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00			б/н
<b>Уплотнённый полдник</b>																	
<b>Булочка с повидлом</b>	60	70					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8			235
мука			45	50	45	50											
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005											
молоко			20	20	20	20											
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4											
дрожжи сухие			1.1	1	0.08	0.02											
повидло			30	40	30	40											
масло сливочное			3	4	3	4											
масло растительное			3	4	1.5	2											
Молоко	150	200					2.80	3.2	4.7	59	2.8	3.2	4.7	59			
<b>Чай сладкий</b>	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											
<b>Ужин</b>																	
<b>Батон с повидлом</b>	45						2.03	3.21	11.34	127							2
<b>Чай сладкий</b>	150						27.7	0	0	13							392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2											
сахар			13	14	13	14											
<b>2 Ужин</b>																	
<b>ВСЕГО</b>																	
	1393	1537	913.851	1009	837.5	930.4	88.42	35	159.36	1187.47	59.49	33.73	163.7	1102.67			