

Меню-раскладка (25.10.2022)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Энергетическая ценность	Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Ккал		Пищевые вещества (г)			Ккал		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У				
завтрак																	
Каша гречневая молочная	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											
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																	
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											
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											
Ленивые голубцы	140	170					6.4	9.8	10.6	225	16.2	16.2	12.2	319			151
мясо говядины			84	85	82	84											
лук репчатый			10	10	8	8											
капуста			73	100	63	80											
рис			8	10	8	10											
масло сливочное			5	6	5	6											
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											
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104			б/н
Уплотнённый полдник																	
Булочка с повидлом	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			
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13							392
чай			0.2		0.2												
сахар			13		13												
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	1388	1354	776.351	856.055	743.081	810.825	78.52	26.65	131.34	1034.6	33.72	31.73	156.6	1114.7	0		