

Меню-раскладка (26.01.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность Ккал	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				
							Б	Ж	У	Б	Ж	У			
завтрак															
Каша манная молочная	150	200					5.69	6.9	29	161.5	5.9	7.7	30.3	174	189
масло сливочное			3	4	3	4									
крупа манная			14	15	14	15									
сахар			3	4	3	4									
молоко			150	180	150	180									
Батон	30	40					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	б/н
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 лимонный	150	200	4	4	5.6	5	4.2	0.08	12.3	68.25	5.6	0.1	16.4	91	282
лимон			16	20	16	20									
сахар			16	20	16	20									
Обед															
Суп картофельный с бобовыми м/б	150/20	200/20					6.9	3.24	23.1	148.4	9.6	4	37.8	226	149
мясо курицы			32	32	28	28									
картофель			90	100	54	60									
лук репчатый			3	3	2	2									
морковь			8	2	7	5									
зелёный горошек			30	40	30	40									
масло растительное			2	3	2	3									
масло сливочное			2	3	3	3									
Пудинг рыбный запеченный	60	80					10.1	5.3	20.1	165	10.1	5.3	20.1	165	269
филе рыбы мороженое			56,5	56,5	54,4	54,4									
молоко			12,8	1,28	12,8	1,28									
яйцо куриное			0,003	0,003	0,1	0,1									
масло сливочное			3,2	3,2	3,2	3,2									
соль			0,3	0,3	0,3	0,3									
батон			8,5	8,5	8,5	8,5									
Рис отворной	110	130					3.11	2.83	30.55	160	3.11	2.83	30.55	160	11
крупа рисовая			52	52											
масло сливочное			5	5											
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	0.05
сухофрукты			10	10	10	10									
сахар			13	14	13	14									
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															
Ватрушка с творогом	60	80					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8	458
мука			45	50	35	50									
молоко			25	30	25	30									
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4									
сахар			5	6	5	6									
масло сливочное			25	16	25	16									
масло растительное			3	4	1.5	2									
творог			40	50	40	50									
Чай сладкий	150.00						27.70	0.00	0.00	13.00					392
чай			0.20		0.20										
сахар			13.00		13.00										
Ужин															
Кисломолочный напиток	180						3	0.05	3.8	30					530.531
2 Ужин															
ВСЕГО	1218	1157	648	697	527	595	71	28	200	1233	43	32	259	1469	0.05