

Меню-раскладка (26.11.2024)

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 молочная "Ассорти"	150	200					5.06	5.79	21.87	152.4	6.41	7.73	29.71	212	171	
крупы пшеничная			6	8	6	8										
крупы рисовая			6	8	6	8										
молоко			113	150	113	150										
сахар			4	5	4	5										
масло сливочное			2	3	2	3										
Батон с маслом	35	47					1.80	0.65	11.5	56	3.3	1.3	23	112	117, 111	
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	233	
кофе			1	2	1	2										
сахар			13	14	13	14										
II завтрак																
Кисломолочный напиток	180	200					3	0.05	3.8	30	3	0.05	3.8	30	530.531	
Обед																
Щи вегитарианские со сметаной	180	230					1.752	4.641	11.1	90.544	1.752	4.641	11.1	90.544	37	
картофель			65	65	45	45										
лук репчатый			5	5	4	4										
морковь			13	13	10	10										
капуста			50	50	40	40										
масло растительное			2	2	2	2								0.05		
масло сливочное			2	2	2	2										
томат			2	2	2	2										
сметана			10	10	10	10										
Вермишель отварная	100	150					3.67	3.01	17.63	112	5.5	4.57	26.44	168	317	
вермишель			32	32	49	49										
масло сливочное			3.5	3.5	5	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	4.286	0.03	0.107										
соль			0.001	0.107	0.001	0.107										
молоко			0.01	1.04	0.01	1.04										
мука			0.004	0.4	0.004	0.4										
масло сливочное			0.003	0.28	0.003	0.28										
Напиток из шиповника	150	200					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	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н	
Уплотнённый полдник																
Творожно-морковная запеканка со сгущ.молоком	100/30	110/40					15.4	10.3	26.9	204.7	17.3	8.9	22.8	192.1	235	
ванилин			0.001	0.005	0.001	0.005										
творог			95	110	95	110										
крупы манная			11	14	11	14										
яйцо		1/4	1/4	1/4	1/4	1/4										
масло сливочное			3	4	3	4										
изюм			8	10	5	5										
молоко			22	25												
сахар			3	4	10	10										
Чай сладкий	150	200					27.7	0	0	13	27.7	0	0	13		
чай			0.2	0.2	0.2	0.2										
сахар			13	14	13	14										
Ужин																
Печенье	20						2.25	3.54	22.47	125.1					б/н	
Кисель	150						1.36		29.02	116.19					233	
сахар			18		18											
кисель			142		142											
2 Ужин																
ВСЕГО	1310	1527	825.761	720.7	792.2	677	80.362	47.85	197.309	1363.93	83.01	45.761	170.5	1476.544		