

Меню-раскладка (27.09.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			
<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>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>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>Макаронные изделия отварная</b>	120	130					3.68	3.01	17.63	112.3	4.78	3.91	22.92	145.99		204
макаронные изделия			40	45	45	50										
масло сливочное			3	4	3	4										
<b>Тефтели мясные</b>	80	85					13.5	7.5	17.4	138	15.4	14.20	19.9	158		174
мясо говядина			82	82	60	60										
лук репчатый			18	20	15	18										
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4										
морковь			18	20	18	20										
томатная паста			6	7	6	7										
мука			2	3	2	3										
масло сливочное			5	6	3	4										
<b>Компот из сухофруктов с витамином С</b>	150	200					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	0.05	376
сухофрукты			10	10	10	10										
сахар			13	14	13	14										
<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>Печенье</b>	20						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н
<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>																
	1388	1552	692.751	740.7	635.5	694.4	89.09	30.92	172.45	1103.6	63.08	36.82	180.5	1101.39		