

Меню-раскладка (28.03.2023)

| 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) |       |        | Энергетическая ценность |           |             |
|                                      |            |     |        |       |       |       | Б                    | Ж     | У     |        | Б                       | Ж                    | У     | Ккал   |                         |           |             |
| <b>завтрак</b>                       |            |     |        |       |       |       |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Каша молочная "Ассорти"</b>       | 150        | 200 |        |       |       |       | 5.06                 | 5.79  | 21.87 | 152.4  | 6.41                    | 7.73                 | 29.71 | 212    |                         | 171       |             |
| крупя пшеничная                      |            |     | 6      | 8     | 6     | 8     |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| крупя рисовая                        |            |     | 6      | 8     | 6     | 8     |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| молоко                               |            |     | 113    | 150   | 113   | 150   |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| сахар                                |            |     | 4      | 5     | 4     | 5     |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| масло сливочное                      |            |     | 2      | 3     | 2     | 3     |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Батон с маслом</b>                | 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     |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Кофейный напиток</b>              | 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    |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>II завтрак</b>                    |            |     |        |       |       |       |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Кисломолочный напиток</b>         | 180        | 200 |        |       |       |       | 3                    | 0.05  | 3.8   | 30     | 3                       | 0.05                 | 3.8   | 30     |                         | 530.531   |             |
| <b>Обед</b>                          |            |     |        |       |       |       |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Щи вегетарианские со сметаной</b> | 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    |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Вермишель отварная</b>            | 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     |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Котлета из курицы</b>             | 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  |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <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>                | 30         | 40  |        |       |       |       | 2.31                 | 0.9   | 14.9  | 78.6   | 3.08                    | 1.2                  | 19.9  | 104    |                         | б/н       |             |
| <b>Уплотнённый полдник</b>           |            |     |        |       |       |       |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Вареники ленивые со сметаной</b>  | 85         | 100 | 79     | 86.9  | 78    | 85.8  | 11.3                 | 11.95 | 11.65 | 168.5  | 12.43                   | 13.145               | 12.82 | 218.35 |                         | 331       |             |
| творог                               |            |     | 80     | 80    | 80    | 80    |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| сметана                              |            |     | 50     | 50    | 50    | 50    |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| мука пшеничная                       |            |     | 35     | 50    | 35    | 50    |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| яйцо                                 |            | 5   | 5      | 4     | 4     |       |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| сахар                                |            |     | 5      | 5     | 5     | 5     |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| масло сливочное                      |            |     | 3      | 3     | 3     | 3     |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Чай сладкий</b>                   | 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    |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Ужин</b>                          |            |     |        |       |       |       |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>Печень</b>                        | 30         |     |        |       |       |       | 2.25                 | 3.54  | 22.47 | 125.1  |                         |                      |       |        |                         | б/н       |             |
| <b>Кисель</b>                        | 150        | 200 |        |       |       |       | 1.36                 |       | 29.02 | 116.19 | 1.36                    | 0.1                  | 29.02 | 116.19 |                         | 233       |             |
| сахар                                |            |     | 10     | 10    | 10    | 10    |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| кисель                               |            |     | 18     | 24    | 18    | 24    |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |
| <b>2 Ужин</b>                        |            |     |        |       |       |       |                      |       |       |        |                         |                      |       |        |                         |           |             |

|              |             |             |               |              |              |              |               |             |                |                |             |               |              |                 |  |
|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|----------------|----------------|-------------|---------------|--------------|-----------------|--|
|              |             |             |               |              |              |              |               |             |                |                |             |               |              |                 |  |
| <b>ВСЕГО</b> | <b>1405</b> | <b>1677</b> | <b>803.76</b> | <b>862.6</b> | <b>787.2</b> | <b>841.8</b> | <b>76.262</b> | <b>49.5</b> | <b>182.059</b> | <b>1327.73</b> | <b>79.5</b> | <b>50.106</b> | <b>189.6</b> | <b>1618.984</b> |  |