

Меню-раскладка (28.06.2023)

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 Ккал
							Б	Ж	У		Б	Ж	У			
завтрак																
Суп молочный с макаронными изделиями	168	214					4.40	4.5	22.6	179.5	6.7	11	26	209	43	
рис			15	20	15	20										
молоко			150	200	150	200										
масло сливочное			3	4	2	3										
сахар			3	4	5	5										
Батон	40	45	30	40	30	40	4.50	1.74	30.84	157.2	4.50	1.74	30.84	157.2	6/н	
Кофейный напиток	150	180					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	150	200					0.1	0.02	13.3	54	0.1	0.02	13.3	54	392	
чай			0.6	0.6	0.6	0.6										
сахар			12	12	12	12										
Печенье	20	20					2.25	3.54	22.47	125.1	2.25	3.54	22.47	125.1	6/н	
Обед																
Борщ со сметаной	150	200					1.09	2.95	7.6	61.5	1.81	4.91	12.74	102.5	57	
капуста			15	25	12	20										
картофель			70	80	41	40										
лук репчатый			8	10	8	10										
морковь			8	10	8	10										
свекла			40	50	35	40										
масло растительное			2	3	2	3										
масло сливочное			2	3	2	3										
томат			6	8												
Рис отварной	120	140					3.11	2.83	30.55	160	3.11	2.83	30.55	160	11	
Пудинг рыбный запеченный	142	148					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										
Компот из сухофруктов с витамином С	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										
Хлеб пшеничный	50	63					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104	6/н	
Уплотнённый полдник																
Кашп ячневая вязкая молочная	150	200					4.98	5.69	21.1	153	6.64	7.59	28.13	204	99	
молоко			113	150	113	150										
крупа ячневая			19	25	19	25										
сахар			4	5	4	5										
масло сливочное			2	3	2	3										
Чай сладкий	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										
Ужин																
Батон с повидлом	45						2.03	3.21	11.34	127						
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					2 392	
чай			0.2	0.2	0.2	0.2										
сахар			13	14	13	14										
2 Ужин																
ВСЕГО	1427	1551	419.803	506.283	360.1	437.1	89.91	30.34	211.24	1309	63.73	31.63	227.53	1330.5	0.05	