

Меню-раскладка (28.10.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			
завтрак																
Омлет	100	130					6.50	8.6	2.66	113	6.5	8.5	2.66	113		100
масло сливочное			3	3	3	3										
яйцо			1	1	40	40										
молоко			90	100	90	100										
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		395
кофе			1	2	1	2										
сахар			13	14	13	14										
II завтрак																
Кисель	160	200					1.36		29.02	116.19	1.36	0.1	29.02	116.19		233
сахар			18	24	18	24										
кисель			142	190	142	170										
Обед																
Уха с рыбными консервами	180	200					3.18	3.9	15.2	84.6	3.81	4.68	18.2	101.52		41
рыбные консервы			32	40	32	40										
картофель			10	12	8	10										
лук репчатый			5	6	5	6										
крупа			3	4	3	4										
масло растительное																
Картофельное пюре	100	150					2.44	4.19	14.45	113.6	3.05	5.24	18.06	142		206
молоко			19	24	19	24										
картофель			4	5	4	5										
масло сливочное																
Сельдь с луком	24	25	49	49	45	45	3	3.2	0.78	43.5	3	3.2	0.78	43.5		359
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.17	0	21.1	82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05	376
сухофрукты			10	10	10	10										
сахар			13	14	13	14										
Хлеб пшеничный	30	40					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н
Уплотнённый полдник																
Макаронные изделия отварная	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										
Кабачковая икра	30	40	47	63	45	60	0.54	2.12	3.47	35.1	0.72	2.83	4.63	46.8		б/н
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																
Печенье	30						2.25	3.54	22.47	125.1						б/н
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13						392
чай			0.2		0.2											
сахар			13		13											
2 Ужин																
ВСЕГО	1374	1522	556.4	672.2	592.4	687.2	86.27	34.27	171.26	1107.19	61.37	35.46	181.9	1111.5	0,05	