

Меню-раскладка (28.12.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность Ккал	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				
							Б	Ж	У	Б	Ж	У			
завтрак															
Каша манная молочная	120	125					5.69	6.9	29	161.5	5.9	7.7	30.3	174	189
масло сливочное			3	4	3	4									
крупа манная			14	15	14	15									
сахар			3	4	3	4									
молоко			150	180	150	180									
Батон с маслом	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									
Кофейный напиток на молоке	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									
молоко			75	75	90	90									
II завтрак															
Напиток лимонный	150	200	4	4	5.6	5	4.2	0.08	12.3	68.25	5.6	0.1	16.4	91	282
лимон			16	20	16	20									
сахар			16	20	16	20									
Обед															
Суп картофельный с бобовыми м/б	150	180					6.9	3.24	23.1	148.4	9.6	4	37.8	226	149
мясо курицы			32	32	28	28									
картофель			90	100	54	60									
лук репчатый			3	3	2	2									
морковь			8	2	7	5									
зелёный горошек			30	40	30	40									
масло растительное			2	3	2	3									
масло сливочное			2	3	3	3									
Котлета рыбная	80	100					9.49	2.51	10.26	115.78	10.49	3.51	11.26	115.78	143
рыба свежая			142.86	142.86	71.43	71.43									
молоко			20	20	20	20									
масло сливочное			18	20	15	2.86	2.86								
булка			20	20	20	20									
Рис отварной	110	110					3.11	2.83	30.55	160	3.11	2.83	30.55	160	11
крупа рисовая			52	52											
масло сливочное			5	5											
Компот из сухофруктов с витамином С	150	180					0.4		20.9	80.7	0.54		27.9	107.7	0.05
сухофрукты			10	10	10	10									
сахар			13	14	13	14									
Хлеб пшеничный	30.00	40.00					2.31	0.90	14.90	78.60	3.08	1.20	19.90	104.00	б/н
Уплотнённый полдник															
Ватрушка с творогом	90	95					1.9	4.01	16.2	150.2	2.2	4.61	31.2	190.8	458
мука			45	50	35	50									
молоко			25	30	25	30									
яйцо			1/4	1/4	1/4	1/4									
сахар			5	6	5	6									
масло сливочное			25	16	25	16									
масло растительное			3	4	1.5	2									
творог			40	50	40	50									
Молоко	180	200					2.80	3.2	4.7	59	2.8	3.2	4.7	59	392
Ужин															
Печенье	20						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	1380	1430	926	1009	759	835	75	32	214	1337	51	33	255	1478	0.05