

Меню-раскладка (31.01.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность	Сад			Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)				Пищевые вещества (г)				
							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	б/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															
Сок	150	150	145.5	145.5	145.5	145.5	0.75	0.15	15.15	69	0.75	0.15	15.15	69	399
Обед															
Щи вегетарианские со сметаной	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									
Кукуруза консервированная	10	15					10.3	4.9	60	325.3	10.3	4.9	60	325.3	29
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
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	б/н
Уплотнённый полдник															
Каша ячневая молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3	98
крупя пшеничная			20	20	15	15									
молоко			150	180	150	180									
сахар			3	4	3	5									
масло сливочное			3	4	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					2
Чай сладкий	150						27.7	0	0	13					392
чай			0.2	0.2	0.2	0.2									
сахар			13	14	13	14									
2 Ужин															
ВСЕГО	1447	1526	588.703	624.183	536	584	101.092	36.531	254.219	1536.544	72.532	33.961	258.379	1466.044	0.1