

Меню-раскладка (31.03.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал		
							Б	Ж	У		Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>																
Каша молочная геркулесовая	150	200					3.80	8.58	12.19	141	3.80	8.58	12.19	141		272
масло сливочное			3	4	3											
крупка геркулесовая			18	20	18	20										
сахар			3	4	3	4										
молоко			150	180	150	180										
<b>Батон с маслом</b>	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										
<b>Кофейный напиток</b>	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										
<b>II завтрак</b>																
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										
<b>Обед</b>																
Суп гороховый	150	200					1.46	0.7	7.7	43	1.46	0.7	7.65	43		149
горох сухой			25	30	25	30										
картофель			90	100	80	90										
лук репчатый			8	10	7	8										
морковь			8	10	7	8										
масло растительное			2	3	1.5	2										
масло сливочное			4	5	4	5										
<b>Каша гречневая</b>	150	180			100	120	4.56	4.49	20.59	140.8	5.82	0	5.64	26.31	179.1	44
крупка гречневая			36	46	36	46										
вода			68	81	68	81										
соль			0.4	0.5	0.4	0.5										
масло сливочное			4	5	4	5										
<b>Гуляш из говядины</b>	70	80					9.2	10.2	3.21	120	9.37	10.39	3.41	145		373
масло растительное			5	5	5	5										
лук репчатый			10	10	8	8										
говядина			64	64	47	47										
соль			0.5	0.5	0.5	0.5										
томат-паста			4	4	4	4										
морковь			10	10	8	8										
мука пшеничная			4	4	4	4										
<b>Компот из сухофруктов с витамином С</b>	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										
<b>Хлеб пшеничный</b>	58	67					2.31	0.9	14.9	78.6	3.08	1.2	19.9	104		б/н
<b>Уплотнённый полдник</b>																
Винегрет	45	60					0.57	4.59	3.3	57.13	0.76	6.12	4.4	76.17		90
картофель			13.200	17.64	10.000	13.2										
свекла			8.6	11.4	6.8	9										
морковь			5.9	4.5	7.8	6										
огурец соленый			13,5	22,8	13,5	18										
лук репчатый			8.1	10.8	6.8	9										
масло растительное			4.5	6	4.5	6										
<b>Чай сладкий</b>	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										
<b>Ужин</b>																
<b>2 Ужин</b>																
<b>ВСЕГО</b>	<b>1188.00</b>	<b>1354.00</b>	<b>#VALUE!</b>	<b>#VALUE!</b>	<b>#VALUE!</b>	<b>565.90</b>	<b>59.64</b>	<b>34.35</b>	<b>124.64</b>	<b>919.38</b>	<b>50.36</b>	<b>22.40</b>	<b>122.28</b>	<b>657.18</b>	<b>179.15</b>	