

Меню-раскладка (31.05.2023)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Энергетическая ценность Ккал	Сад			Энергетическая ценность Ккал	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																
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		б/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												
Огурец свежий	30	50	31.5	52.5	30	50	0.2	0.03	0.8	4.2	0.4	0.1	1.3	7		85
Рис отворной	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		б/н
Уплотнённый полдник																
Каша пшеничная молочная	150	200					6.8	8.7	21.2	136.3	6.8	8.7	21.2	136.3		98
крупка 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	1457	1601	489.303	583.783	426.1	512.1	91.93	33.38	212.14	1296.5	64.29	32.84	221.9	1269.8	0.05	