

Утверждаю

15.09.2021



## Меню-раскладка

### ТРЕБ. дети № 1 от 15-сентября-21, 5.д/с 146, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	169,06897	0,00372	0,00360	0,02804	0,2
Батон с маслом 30/4	133,76282	0,00254	0,00732	0,01735	0,034
Чай на молоке	77,33333	0,00135	0,00144	0,01384	0,2
<b>Итого:</b>	<b>380,16513</b>	<b>0,00761</b>	<b>0,01236</b>	<b>0,05922</b>	<b>0,434</b>
<b>Обед</b>					
Помидор порционный 35 гр	10,61538	0,00051	0,00009	0,00231	0,035
Суп-пюре картофельный вегетарианский	146,78167	0,00274	0,00594	0,01825	0,2
Тефтели из говядины с рисом "Ёжики".	279,42436	0,01705	0,01529	0,01273	0,08
Компот из яблок и кураги	66,47436	0,00024	0,00008	0,01604	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	73,56026	0,00268	0,00049	0,01699	0,03
Гренки 20 гр	42,17949	0,00130	0,00047	0,00871	0,02
<b>Итого:</b>	<b>619,03551</b>	<b>0,02452</b>	<b>0,02237</b>	<b>0,07502</b>	<b>0,565</b>
<b>Полдник</b>					
Ряженка 100 г	103,38462	0,00369	0,00738	0,00505	0,1
<b>Итого:</b>	<b>103,38462</b>	<b>0,00369</b>	<b>0,00738</b>	<b>0,00505</b>	<b>0,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
Омлет натуральный 120 гр.	136,74872	0,00698	0,01008	0,00094	0,12
Чай с лимоном	49,85897	0,00003	0,00000	0,01181	0,003
Мармелад 28 гр	375,64103	0,00051	0,00000	0,09821	0,028
Хлеб пшеничный 30 гр	93,88077	0,00309	0,00037	0,02036	0,03
<b>Итого:</b>	<b>656,12949</b>	<b>0,01062</b>	<b>0,01045</b>	<b>0,13132</b>	<b>0,181</b>
<b>Всего:</b>	<b>1761,55967</b>	<b>46,43564</b>	<b>52,56603</b>	<b>270,61692</b>	<b>1,28</b>