



Утверждаю

17.09.2021

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 17-SEP-21, 5.д/с 146, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г	58,73846	0,00064	0,00013	0,01290	0,1
Итого:	58,73846	0,00064	0,00013	0,01290	0,1
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом	178,56308	0,00520	0,00335	0,02895	0,2
Батон с маслом 40/6 гр	154,73077	0,00285	0,00871	0,01951	0,046
Кофейный напиток с молоком 200 гр	96,89231	0,00163	0,00165	0,01689	0,2
Итого:	430,18615	0,00969	0,01371	0,06535	0,446
Обед					
Огурец свежий порционный 40 гр	6,40769	0,00037	0,00005	0,00174	0,04
Суп из свежей рыбы с крупой.	152,53785	0,00583	0,00392	0,02146	0,2
Котлета из говядины	203,13477	0,01407	0,01404	0,00000	0,08
Рагу из овощей 150г	163,16062	0,00402	0,00538	0,02367	0,15
Компот из сухофруктов.	87,74615	0,00067	0,00004	0,01995	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	89,38615	0,00326	0,00059	0,02064	0,03
Итого:	702,37323	0,02822	0,02401	0,08746	0,7
Полдник					
Ряженка 100 г	124,06154	0,00443	0,00886	0,00606	0,1
Итого:	124,06154	0,00443	0,00886	0,00606	0,1
Уплотненный полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	258,42831	0,00923	0,00670	0,03567	0,13
Чай с лимоном.	60,84615	0,00007	0,00001	0,01432	0,2
Пряник 55 гр	1076,92308	0,01477	0,00862	0,23908	0,055
Хлеб пшеничный 30 гр	114,07846	0,00375	0,00044	0,02474	0,03
Итого:	1510,27600	0,02782	0,01577	0,31381	0,415
Всего:	2827,90160	70,79400	62,47862	485,57477	1,761