

Утверждаю

22.09.2021

№ 146

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 5 от 22-SEP-21, 5.д/с 146,
Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная безмолочная с маслом растит 200г	304,90000	0,00432	0,00995	0,04237	0,2
Батон 40 гр	117,50000	0,00385	0,00150	0,02665	0,04
Чай 200 гр	75,80000	0,00000	0,00000	0,01816	0,2
Итого:	498,20000	0,00817	0,01145	0,08718	0,44
Обед					
Огурец свежий порционный 40 гр					0
Суп-пюре гороховый 200 гр	370,70000	0,02127	0,00203	0,06330	0,2
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины 250 гр	480,69816	0,02479	0,02165	0,03723	0,25
Компот из кураги и изюма 200 гр	175,00000	0,00132	0,00000	0,04329	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Гренки 20 гр	47,00000	0,00145	0,00053	0,00970	0,02
Итого:	647,00000	0,02602	0,00292	0,12883	0,45
Уплотненный полдник					
Омлет безмолочный запеченный или паровой 150г	327,80000	0,04790	0,05808	0,00270	0,15
Чай с лимоном					0
Мармелад 30 гр					0
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	0,00228	0,00027	0,01503	0,03
Итого:	877,10000	0,05018	0,05835	0,01773	0,18
Всего:	2022,60000	84,37000	72,72000	233,74000	1,07