

Утверждаю

22.09.2021

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 22-SEP-21, 5 д/с 146, Дети, 5 д
10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом	206,36053	0,00540	0,00419	0,03193	0,2
Батон с маслом сливоч.	134,19079	0,00250	0,00747	0,01711	0,052
Чай 200 гр	49,86842	0,00000	0,00000	0,01195	0,2
Итого:	390,41974	0,00791	0,01166	0,06098	0,452
Обед					
Огурец свежий порционный 40 гр	5,48026	0,00031	0,00004	0,00149	0,04
Суп-пюре гороховый 200 гр	184,39684	0,00851	0,00272	0,02955	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	102,86579	0,00037	0,00000	0,02504	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	77,87763	0,00284	0,00052	0,01799	0,03
Гренки 20 гр	43,28947	0,00133	0,00049	0,00893	0,02
Итого:	894,60816	0,03815	0,02541	0,12022	0,74
Полдник					
Ряженка 110 г	102,92211	0,00368	0,00735	0,00502	0,11
Итого:	102,92211	0,00368	0,00735	0,00502	0,11
Уплотненный полдник					
Омлет натуральный 150 гр.	141,50000	0,00701	0,01029	0,00150	0,15
Чай с лимоном	50,73684	0,00002	0,00000	0,01207	0,2
Мармелад 30 гр	80,96053	0,00011	0,00000	0,02117	0,03
Хлеб пшеничный 30 гр	96,35132	0,00317	0,00038	0,02090	0,03
Итого:	369,54868	0,01031	0,01067	0,05563	0,41
Всего:	1758,66100	60,04632	55,09855	241,85658	1,712