

Утверждаю

22.09.2021

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 11 от 22-SEP-21, 5.д/с 146, Ясли, 5
д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом	103,22727	0,00291	0,00363	0,01275	0,15
Батон с маслом сливоч.	76,72727	0,00142	0,00430	0,00973	0,029
Чай 200 гр ,	34,45455	0,00000	0,00000	0,00826	0,2
Итого:	214,40909	0,00433	0,00793	0,03074	0,379
Обед					
Огурец свежий порционный 40 гр	5,40909	0,00031	0,00004	0,00147	0,04
Суп-пюре гороховый 200 гр	172,11455	0,00782	0,00430	0,02322	0,2
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины 250 гр	431,14909	0,02039	0,01870	0,03704	0,25
Компот из кураги и изюма 200 гр	91,45455	0,00030	0,00000	0,02222	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	49,36364	0,00180	0,00033	0,01140	0,03
Гренки 20 гр	64,09091	0,00197	0,00072	0,01323	0,02
Итого:	813,58182	0,03259	0,02409	0,10858	0,74
Полдник					
Ряженка 110 г	95,30182	0,00340	0,00681	0,00465	0,11
Итого:	95,30182	0,00340	0,00681	0,00465	0,11
Уплотненный полдник					
Омлет натуральный 150 гр.	232,34545	0,01356	0,01646	0,00155	0,15
Чай с лимоном .	35,95455	0,00004	0,00000	0,00846	0,15
Мармелад 30 гр	106,54545	0,00015	0,00000	0,02785	0,03
Хлеб пшеничный 30 гр	63,00000	0,00207	0,00025	0,01366	0,03
Итого:	437,84545	0,01582	0,01670	0,05152	0,36
Всего:	1563,28364	56,13818	55,52727	195,49091	1,589