



Утверждаю

23.09.2021

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 5 от 23-SEP-21, 5.д/с 146, Дети
(безмол. меню), 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Яйцо отварное 40 гр	76,80000	0,02395	0,02025	0,00135	0,04
Каша кукурузная 200 гр					0
Батон 40 гр	117,50000	0,00385	0,00150	0,02665	0,04
Чай (вариант 2) 200г	79,00000	0,00000	0,00000	0,09082	0,2
Итого:	273,30000	0,02780	0,02175	0,11882	0,28
Обед					
Борщ (безмолочное меню) 200г	782,50000	0,01626	0,05162	0,05132	0,2
Запеканка из рыбы с морковью 80г.	653,80000	0,02101	0,04884	0,00923	0,08
Макаронные изделия отварные	186,50000	0,00978	0,04493	0,06816	0,15
Напиток из клюквы	431,00000	0,00094	0,00000	0,10083	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	181,00000	0,00660	0,00120	0,04180	0,03
Соль для обработки овощей и фруктов 1 кг					0
Итого:	2834,80000	0,05459	0,14659	0,27134	0,66
Уплотненный полдник					
Картофельное пюре с морковью 150 гр	386,50000	0,00978	0,04493	0,06816	0,15
Чай 200 гр.	379,00000	0,00000	0,00000	0,09082	0,2
Мармелад 80 гр					0
Хлеб пшеничный 30 гр	231,00000	0,00760	0,00090	0,05010	0,03
Итого:	231,00000	0,00760	0,00090	0,05010	0,03