

Утверждаю

24.09.2021

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 24-SEP-21, 5.д/с 146, Дети, 5 д

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 200гр	81,60000	0,00137	0,00367	0,00903	0,2
Батон с маслом 40/6 гр	137,40278	0,00250	0,00783	0,01709	0,046
Кофейный напиток на молоке	95,78472	0,00192	0,00196	0,01602	0,2
Итого:	314,78750	0,00579	0,01345	0,04214	0,446
Обед					
Помидор порционный 45 гр	10,86111	0,00052	0,00009	0,00236	0,045
Суп рыбный	136,33556	0,00785	0,00431	0,01447	0,2
Плов из мяса говядины 230 гр.	341,95097	0,01575	0,01351	0,03469	0,23
Компот из сухофруктов.	104,34028	0,00058	0,00003	0,02408	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	81,70139	0,00298	0,00054	0,01887	0,03
Итого:	675,18931	0,02767	0,01849	0,09447	0,705
Полдник					
Ряженка 110 г	106,40000	0,00380	0,00760	0,00519	0,11
Итого:	106,40000	0,00380	0,00760	0,00519	0,11
Уплотненный полдник					
Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом 60гр.	68,05833	0,00081	0,00380	0,00622	0,06
Чай с лимоном 200 гр	53,09722	0,00001	0,00000	0,01268	0,2
Пряник 50 гр	243,05556	0,00333	0,00194	0,05396	0,05
Хлеб пшеничный 30 гр	99,45833	0,00327	0,00039	0,02157	0,03
Итого:	463,66944	0,00743	0,00614	0,09442	0,34
Всего:	1562,09600	44,69194	45,67833	236,23181	1,601