



Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 30-SEP-21, 5.д/с 146, Дети, 5 д
10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 200гр	97,99333	0,00290	0,00326	0,01393	0,2
Батон с маслом	103,74400	0,00321	0,00191	0,02218	0,045
Какао с молоком	58,47800	0,00133	0,00141	0,00942	0,2
Итого:	260,21533	0,00743	0,00657	0,04552	0,445
Обед					
Свекольник с мясом со сметаной	156,29840	0,00631	0,00630	0,01735	0,2
Рыба, запеченная в молочном соусе 100 гр.	149,85600	0,01703	0,00671	0,00202	0,1
Пюре из гороха со сливочным маслом.	162,94667	0,00990	0,00187	0,02491	0,15
Напиток из клюквы	54,41600	0,00007	0,00000	0,01286	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	84,46667	0,00308	0,00056	0,01951	0,03
Итого:	607,98373	0,03639	0,01544	0,07663	0,68
Уплотненный полдник					
Запеканка из творога с яблоками 120	343,70053	0,01580	0,02309	0,01891	0,12
Сгущенное молоко 18 гр	38,48533	0,00087	0,00102	0,00674	0,018
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Хлеб пшеничный 30 гр	89,32000	0,00294	0,00035	0,01937	0,03
Итого:	509,40587	0,01961	0,02446	0,05410	0,368
Всего:	1379,08347	63,42880	46,46853	176,25907	1,493