



## Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 12-ОСТ-21, 5.д/с 146, Дети, 5 д  
10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Апельсин 125 гр	35,00000	0,00079	0,00018	0,00901	0,125
<b>Итого:</b>	35,00000	0,00079	0,00018	0,00901	0,125
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	206,83000	0,00544	0,00631	0,02764	0,2
Батон с маслом 40/6 гр	138,88000	0,00311	0,00615	0,02137	0,046
Кофейный напиток с молоком 200 гр	104,50000	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
<b>Итого:</b>	450,21000	0,01136	0,01528	0,06315	0,446
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с макаронными изделиями 0,200	73,33000	0,00175	0,00110	0,01315	0,2
Бигус с мясом курицы 200г	208,53132	0,01823	0,00817	0,01377	0,2
Напиток из шиповника 200 гр	90,00000	0,00048	0,00000	0,02181	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
<b>Итого:</b>	426,16132	0,02244	0,00963	0,06127	0,63
<b>Полдник</b>					
Биокефир 100 г	55,91158	0,00280	0,00319	0,00399	0,1
<b>Итого:</b>	55,91158	0,00280	0,00319	0,00399	0,1
<b>Уплотненный полдник</b>					
Рис в молоке со сливочным маслом 150 г.	113,77500	0,00400	0,00502	0,01095	0,15
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Шанежка с картофелем	239,74789	0,00571	0,00795	0,03121	0,09
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	0,00228	0,00027	0,01503	0,03
<b>Итого:</b>	460,72289	0,01199	0,01324	0,06627	0,47
<b>Всего:</b>	1528,15838	49,36776	41,51645	203,68882	1,771