



Утверждаю

29.10.2021

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 5 от 29-ОСТ-21, 5.д/с 146, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная безмолочная с маслом растит 200 гр	267,00000	0,00432	0,00995	0,03431	0,2
Батон 40 гр	70,50000	0,00231	0,00090	0,01599	0,04
Чай (вариант 2) 200г	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	375,40000	0,00663	0,01085	0,05938	0,44
Обед					
Щи вегетарианские со сметаной	252,32000	0,01031	0,01701	0,00925	0,2
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами 200 гр	433,94000	0,01730	0,02157	0,03423	0,2
Компот из сухофруктов.	59,40000	0,00049	0,00003	0,01345	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Итого:	799,96000	0,03008	0,03897	0,06947	0,63
Уплотненный полдник					
Макаронные изделия отварные 180 г	258,40000	0,00489	0,00927	0,03408	0,18
Чай с лимоном 200 гр	41,20000	0,00008	0,00001	0,00953	0,2
Печенье 25 гр	137,40000	0,00312	0,00156	0,02304	0,025
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	0,00228	0,00027	0,01503	0,03
Итого:	506,30000	0,01037	0,01111	0,08168	0,435
Всего:	#####	47,08000	60,93000	#####	1,505



Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 29-ОСТ-21, 5.д/с 146, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом	152,22169	0,00402	0,00357	0,02340	0,2
Батон с маслом 40/6 гр	132,50000	0,00261	0,00697	0,01785	0,046
Какао с молоком	82,60747	0,00184	0,00178	0,01379	0,2
Итого:	367,32916	0,00846	0,01231	0,05503	0,446
Обед					
Щи вегетарианские со сметаной	90,16639	0,00208	0,00514	0,00779	0,2
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами 200 гр	471,34410	0,02440	0,02327	0,03143	0,2
Компот из сухофруктов.	68,97590	0,00053	0,00003	0,01568	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	58,22530	0,00212	0,00039	0,01345	0,03
Итого:	688,71169	0,02914	0,02883	0,06834	0,63
Полдник					
Ряженка 100 г	82,58313	0,00295	0,00590	0,00403	0,1
Итого:	82,58313	0,00295	0,00590	0,00403	0,1
Уплотненный полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 160 гр	268,17181	0,01008	0,00692	0,03656	0,16
Чай с лимоном 200 гр	46,45783	0,00002	0,00000	0,01105	0,2
Печенье 25 гр	147,33253	0,00335	0,00167	0,02471	0,025
Хлеб пшеничный 30 гр	74,30964	0,00244	0,00029	0,01612	0,03
Итого:	536,27181	0,01589	0,00889	0,08843	0,415
Всего:	1678,17766	56,43928	55,93265	#####	1,591