

Утверждаю

---

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 3

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>					
Каша ячневая молочная со слив	175,42640	0,00338	0,00460	0,02747	0,2
Батон с маслом 30/4	103,18764	0,00179	0,00615	0,01221	0,034
Чай с молоком	93,00562	0,00177	0,00190	0,01564	0,2
<b>Итого:</b>	<b>371,61966</b>	<b>0,00695</b>	<b>0,01265</b>	<b>0,05532</b>	<b>0,434</b>
<b>Обед</b>					
Суп-пюре из разных овощей на т	85,22730	0,00138	0,00434	0,00905	0,2
Запеканка картофельная, фарши	384,96787	0,01961	0,01839	0,02763	0,18
Компот из изюма	90,07640	0,00017	0,00000	0,02188	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	50,23258	0,00183	0,00033	0,01160	0,03
Гренки 30 гр	36,96629	0,00114	0,00042	0,00763	0,03
Соль для обработки овощей и ф	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	1
<b>Итого:</b>	<b>647,47045</b>	<b>0,02413</b>	<b>0,02348</b>	<b>0,07778</b>	<b>1,64</b>
<b>Полдник</b>					
Биокефир 100 г	51,34382	0,00257	0,00293	0,00367	0,1
<b>Итого:</b>	<b>51,34382</b>	<b>0,00257</b>	<b>0,00293</b>	<b>0,00367</b>	<b>0,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
Омлет натуральный 130 гр	116,39326	0,00467	0,00873	0,00167	0,13
Чай с лимоном 200 гр	54,71348	0,00004	0,00000	0,01296	0,2
Мармелад 50 гр	64,19663	0,00009	0,00000	0,01678	0,05
Хлеб пшеничный 30 гр	64,10899	0,00211	0,00025	0,01390	0,03
<b>Итого:</b>	<b>299,41236</b>	<b>0,00690</b>	<b>0,00898</b>	<b>0,04531</b>	<b>0,41</b>
<b>Всего:</b>	<b>1370,93667</b>	<b>40,54011</b>	<b>48,04315</b>	<b>182,08685</b>	<b>2,584</b>