

Утверждаю

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети №6

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г	52,92473	0,00058	0,00012	0,01162	0,1
Итого:	52,92473	0,00058	0,00012	0,01162	0,1
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с	171,77097	0,00429	0,00646	0,02374	0,2
Батон с маслом 40/6 гр	118,25269	0,00233	0,00622	0,01593	0,046
Какао с молоком 200 гр	89,91720	0,00146	0,00154	0,01613	0,2
Итого:	379,94086	0,00808	0,01422	0,05579	0,446
Обед					
Суп из овощей со сметаной 0,20	97,48839	0,00179	0,00482	0,01022	0,2
Плов из мяса говядины 200 гр.	441,98882	0,02075	0,02046	0,03655	0,2
Компот из сухофруктов 200 гр.	81,70430	0,00047	0,00003	0,01883	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	63,64194	0,00232	0,00042	0,01470	0,03
Соль для обработки овощей и ф	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	1
Чеснок 2 гр	2,66108	0,00038	0,00000	0,00035	0,002
Аскорбиновая кислота в третье	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:	687,48452	0,02570	0,02572	0,08065	1,682
Уплотненный полдник					
Запеканка из творога 150 гр	271,56667	0,01195	0,01672	0,01130	0,15
Чай 200 гр,	40,75269	0,00000	0,00000	0,00977	0,2
Хлеб пшеничный 30 гр	78,73871	0,00259	0,00031	0,01708	0,03
Итого:	391,05806	0,01454	0,01703	0,03815	0,38
Всего:	1511,40112	48,89323	57,08624	186,20634	2,608