

Утверждаю

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша вязкая из гречи и риса мол	181,37683	0,00455	0,00435	0,03090	0,2
Батон с маслом 40/6 гр	122,98780	0,00257	0,00602	0,01760	0,046
Кофейный напиток на молоке	73,79268	0,00129	0,00137	0,01319	0,2
Итого:	378,15732	0,00840	0,01174	0,06168	0,446
Обед					
Уха рыбацкая 0,200	93,94146	0,00375	0,00170	0,01481	0,2
Суфле из печени	126,16037	0,01418	0,00578	0,00169	0,08
Макаронные изделия отварные	199,07317	0,00526	0,00229	0,03659	0,15
Компот из сухофруктов.	48,57927	0,00005	0,00000	0,01155	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	57,39024	0,00209	0,00038	0,01325	0,03
Соль для обработки овощей и ф	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	1
Итого:	525,14451	0,02533	0,01015	0,07790	1,66
Полдник					
Ряженка 100 г	98,34146	0,00351	0,00702	0,00480	0,1
Итого:	98,34146	0,00351	0,00702	0,00480	0,1
Уплотненный полдник					
Салат из отварного картофеля с	66,10000	0,00100	0,00337	0,00660	0,06
Чай с лимоном .	47,02439	0,00002	0,00000	0,01118	0,2
Мармелад 28 гр	92,90244	0,00013	0,00000	0,02429	0,028
Хлеб пшеничный 30 гр	73,24390	0,00241	0,00029	0,01589	0,03
Итого:	279,27073	0,00356	0,00366	0,05795	0,318
Всего:	1284,11585	40,80183	32,57000	202,34098	2,524