

Утверждаю

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 6

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г	51,11111	0,00056	0,00011	0,01122	0,1
Итого:	51,11111	0,00056	0,00011	0,01122	0,1
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с	209,71000	0,00506	0,00748	0,02962	0,2
Батон с маслом 40/6 гр	130,81111	0,00269	0,00653	0,01841	0,046
Какао с молоком 200 гр	96,36667	0,00149	0,00158	0,01755	0,2
Итого:	436,88778	0,00923	0,01559	0,06557	0,446
Обед					
Суп из овощей с мясом со сметаной	172,11978	0,00744	0,01003	0,00955	0,2
Плов из мяса говядины 200 гр.	442,68511	0,02170	0,02300	0,02911	0,2
Компот из сухофруктов.	66,75000	0,00008	0,00000	0,01586	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	64,35556	0,00235	0,00043	0,01486	0,03
Соль для обработки овощей и фруктов	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	1
Итого:	745,91044	0,03156	0,03345	0,06939	1,63
Уплотненный полдник					
Запеканка из творога 120 гр	295,57111	0,01340	0,01686	0,01513	0,12
Джем 10 г	8,83333	0,00001	0,00000	0,00232	0,01
Чай 200 гр,	63,16667	0,00000	0,00000	0,01514	0,2
Хлеб пшеничный 30 гр	66,73333	0,00220	0,00026	0,01447	0,03
Итого:	434,30444	0,01561	0,01712	0,04706	0,36
Всего:	1668,21378	56,96422	66,27478	193,24378	2,536