

Утверждаю

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 8

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом	232,20897	0,00677	0,00489	0,03456	0,2
Батон с маслом 40/6 гр	143,80769	0,00348	0,00558	0,02396	0,046
Чай с молоком 200 гр	100,78205	0,00233	0,00249	0,01543	0,2
Итого:	476,79872	0,01258	0,01296	0,07394	0,446
Обед					
Салат из свежих помидор и огурцов	42,01154	0,00098	0,00271	0,00452	0,05
Суп гороховый с мясом	148,38923	0,00838	0,00501	0,01522	0,2
Тефтели из говядины с рисом "Б"	267,41949	0,01737	0,01438	0,01176	0,08
Компот из чернослива	70,30769	0,00019	0,00000	0,01700	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	74,25641	0,00271	0,00049	0,01715	0,03
Гренки 15 гр	30,12821	0,00093	0,00034	0,00622	0,015
Соль для обработки овощей и фруктов	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	1
Итого:	632,51256	0,03055	0,02294	0,07186	1,575
Полдник					
Биокефир 110 г	65,47692	0,00327	0,00374	0,00468	0,11
Итого:	65,47692	0,00327	0,00374	0,00468	0,11
Уплотненный полдник					
Омлет натуральный 120 гр.	145,71795	0,00862	0,00962	0,00245	0,12
Чай с лимоном .	50,28205	0,00004	0,00000	0,01187	0,2
Печенье 15 гр	76,33333	0,00173	0,00087	0,01280	0,015
Хлеб пшеничный 30 гр	77,00000	0,00253	0,00030	0,01670	0,03
Итого:	349,33333	0,01293	0,01080	0,04383	0,365
Всего:	1524,12154	59,33397	50,43244	194,31000	2,496