

Утверждаю

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 9

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с	157,15278	0,00392	0,00487	0,02408	0,2
Батон с маслом слив	128,34722	0,00270	0,00620	0,01856	0,06
Какао с молоком 200 гр	75,35417	0,00105	0,00107	0,01428	0,2
Итого:	360,85417	0,00768	0,01213	0,05692	0,46
Обед					
Рыба(горбуша), запеченная с ка	315,99583	0,02352	0,01088	0,02495	0,23
Свекольник с мясом со сметано	240,51653	0,00858	0,01256	0,01947	0,2
Напиток из клюквы	58,41667	0,00010	0,00000	0,01373	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	67,87500	0,00248	0,00045	0,01568	0,03
Соль для обработки овощей и ф	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	1
Итого:	682,80403	0,03467	0,02389	0,07382	1,66
Полдник					
Ряженка 120 гр	89,60000	0,00320	0,00640	0,00437	0,12
Итого:	89,60000	0,00320	0,00640	0,00437	0,12
Уплотненный полдник					
Суфле творожное 120 гр.	345,04764	0,01453	0,02157	0,01405	0,12
Джем 20 г	59,99306	0,00009	0,00000	0,01573	0,02
Чай 200 гр ,	52,63889	0,00000	0,00000	0,01261	0,2
Хлеб пшеничный 30 гр	86,62500	0,00285	0,00034	0,01879	0,03
Итого:	544,30458	0,01747	0,02191	0,06118	0,37
Всего:	1677,96806	63,01486	64,33208	196,29389	2,61