Меню на 04.04.2022

Вахлеева Юлия Максимовна

Подписано цифровой подписью: Вахлеева Юлия Максимовна
Дата: 2022.04.06 15:32:13 +07'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№техкарты/ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 День 1		7-11	12 и старше	7-11	12 и старше	7-11	12 и старше	7-11	12 и старше	7-11	12 и старше	
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	160	180	4,8	5,4	5,4	6,1	23,3	26,19	179,5	201,96	24/303
	Гуляш из мяса птицы	50	100	9,8	19,6	2,05	4,1	0,0	0	57,5	115	437
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0	6,4	6,4	26,4	26,4	54-2гн-2020
	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	7,6	0,5	1	19,2	38,4	96,5	193	Пром.
Итого за завтрак		435	530	18,6	32,8	8,0	11,2	48,9	70,99	359,9	536,36	
Обед	Котлеты мясные	100	100	5,9	11,8	7,3	14,6	7,7	15,36	120	240	462
	Макароны отварные	180	200	6,3	6,3	9,0	9,0	36,0	36	218,4	218,4	16/203
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,0	0,0	6,4	6,4	26,4	26,4	54-2гн-2020
	Хлеб пшеничный	50	50	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,54	138	261,7	Пром.
Итого за обед		510	660	17,8	29,0	18,5	28,1	71,9	101,3	502,8	746,5	
Итого за день		945	1190	36,4	61,8	26,5	39,3	120,7	172,3	862,7	1282,9	