Вахлеева Юлия Максимовна

Подписано цифровой подписью: Вахлеева Юлия Максимовна
Дата: 2022.04.06 15:34:23 +07'00'

Меню на 05.04.2022

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 День 2		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	Плов с мясом	280	300	27,34	29,3	25,61	27,4	60,13	64,5	392,7	390,8	34/291
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0	13,6	13,6	56	56	30/377
	Хлеб пшеничный	50	50	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,54	138	261,7	Пром.
Итого за завтрак		530	575	32,88	40,2	27,9	32,0	95,5	121,6	586,7	708,5	
Обед	Каша пшеничная рассыпчатая	160	180	4,8	5,4	5,4	6,1	23,3	26,19	179,5	201,96	24/303
	Птица отварная с соусом голень	100	100	32,99	32,99	26	26	2,2	2,2	150,7	150,7	14/288
	Компот из кураги	200	200	0,57	0,57	0	0	26,57	26,57	109	109	303/156
	Хлеб пшеничный	50	50	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,54	138	261,7	Пром.
Итого за обед		510	555	43,7	49,6	33,71	36,65	73,83	98,5	577,2	723,36	
Итого за день		1040	1130	76,6	89,8	61,6	68,6	169,3	220,1	1164,0	1431,9	