Меню на 08.04.2022

Вахлеева Юлия Максимовна

Подписано цифровой подписью: Вахлеева Юлия Максимовна
Дата: 2022.04.06 15:40:56 +07'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 День 5		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	Щи из свежей капусты со сметаной	250	300	2,125	2,55	6,125	7,35	7,25	8,7	92	110,4	54-1с-2020
	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		500	575	7,66	13,4	8,4	11,9	42,6	65,8	286,0	428,1	
Обед	Каша гречневая 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	33,0	26,0	26,0	2,2	2,2	150,7	150,7	14/288
	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 обед		510	555	43,3	49,3	33,71	36,65	60,86	85,53	524,2	670,36	
Итого за день		1010	1130	51,0	62,7	42,1	48,5	103,5	151,4	810,2	1098,5	