Вахлеева Юлия Максимовна

Подписано цифровой подписью: Вахлеева Юлия Максимовна
Дата: 2022.03.10 12:48:24 +07'00'

Меню на 11.03.2022

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 День 3		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	Пюре картофельное	200	200	4,41	4,4	5,55	5,6	29,26	29,3	170,1	170,1	7/312
	Котлеты мясные	80	160	5,92	11,8	7,28	14,6	7,68	15,4	120	240,0	462
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,0	0,0	13,6	13,6	56	56	30/377
	Хлеб пшеничный	50	75	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,54	138	261,7	Пром.
	Кондитерские изделия пряник	65	75	3,345	5,0175	5,3	7,95	37,13	55,695	215	322,5	Пром.
Итого за завтрак		595	710	19,21	32,1	20,4	32,6	109,4	157,5	699,1	1050,3	
Обед	Борщ с капустой свежей с мясом и сметаной	254	254	6,3	6,3	7,4	7,4	12,1	12,08	98,92	98,92	22/82
	Компот из кураги	200	200	0,6	0,6	0,0	0,0	26,6	26,57	109	109	303/156
	Хлеб пшеничный	50	75	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,54	138	261,7	Пром.
	Фрукт яблоко	150	150	0,6	0,6	0,6	0,6	13,4	13,4	60,6	60,6	Пром.
Итого за обед		654	679	12,8	18,1	10,28	12,54	73,82	95,59	406,5	530,22	
Итого за день		1249	1389	32,0	50,2	30,7	45,1	183,3	253,0	1105,6	1580,5	