Меню на 17.03.2022

Вахлеева Юлия Максимовна

Подписано цифровой подписью: Вахлеева Юлия Максимовна
Дата: 2022.03.16 08:03:56 +07'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 День 4		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	5,6	5,6	29,3	29,26	170,1	170,1	7/312
	Рыба тушеная с овощами	80	80	16,2	16,2	1,1	1,1	7,3	7,25	75	75	51/229
	Овощи натуральные соленые огурец	50	50	0,88	1,1	0,08	0,08	2,8	3,5	16	20	4/70,71
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,0	0,0	13,6	13,6	56	56	30/377
	Хлеб пшеничный	50	50	5,335	10,67	2,265	4,53	21,77	43,54	138	261,7	Пром.
Итого за завтрак		580	580	27,03	32,6	9,0	11,3	74,7	97,2	455,1	582,8	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	300	6,3	7,5	2,4	2,9	26,3	31,5	139	166,8	10/54-7с-2020
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,0	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.
	Кондитерские изделия вафли	65	70	3,3	5,0	5,3	8,0	37,1	55,7	215	322,5	Пром.
Итого за обед		565	645	15,1	23,4	9,94	15,33	98,75	144,34	548	807	
Итого за день		1145	1225	42,2	56,0	18,9	26,6	173,4	241,5	1003,1	1389,8	