Меню на 21.03.2022

Вахлеева Юлия Максимовна

Подписано цифровой подписью: Вахлеева Юлия Максимовна
Дата: 2022.03.21 10:08:40 +07'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 2 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	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	300	6,25	7,5	2,4	2,9	26,3	31,5	139	166,8	10/54-7с-2020
	Бутерброд с маслом и сыром	25/7/8	25/10/10	5,44	7,44	6,11	11,42	19,0	34,1	196	274	3
	Компот из кураги	200	200	0,57	0,57	0	0	26,57	26,57	109	109	303/156
	Хлеб пшеничный	50	75	5,335	10,67	2,265	4,53	21,77	43,54	138	261,7	Пром.
Итого за завтрак		500	575	17,6	26,2	10,8	18,8	93,6	135,7	582,0	811,5	
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	160	180	4,8	5,4	5,4	6,1	23,3	26,19	179,5	201,96	24/303
	Тефтели мясные	80	160	5,92	11,84	7,28	14,56	7,7	15,36	120	240	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.
	яблоко	150	150	0,6	0,6	0,6	0,6	13,4	13,4	60,6	60,6	Пром.
Итого за обед		760	805	16,7	22,7	14,11	17,05	106,5	131,13	639,7	785,86	
Итого за день		1260	1380	34,3	48,9	24,9	35,9	200,1	266,8	1221,7	1597,4	