Меню на 22.03.2022

Вахлеева Юлия Максимовна

Подписано цифровой подписью: Вахлеева Юлия Максимовна
Дата: 2022.03.21 16:39:58 +07'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 2 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	Суп картофельный гороховый с мясом	250	250	10,6	10,6	6,6	6,60	20,2	20,2	141,5	141,54	5/102
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0,0	13,6	13,6	56	56,0	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		500	500	16,1	21,4	8,9	11,1	55,6	77,4	335,5	459,2	
Обед	Макароны отварные	180	200	6,3	6,3	9,0	9,0	36,0	36	218,4	218,4	16/203
	Рыба тушеная с овощами	80	80	16,2	16,2	1,1	1,1	7,25	7,25	75	75	51/229
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,0	0,0	13,6	13,6	56	56,0	30/377
	Хлеб пшеничный	50	50	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,54	138	261,7	
	Кондитерские изделия	50	50	3,3	5,0	5,3	8,0	37,1	55,7	215	322,5	Пром.
Итого за обед		560	580	31,4	38,4	17,67	22,58	115,8	156,09	702,4	933,6	
Итого за день		1060	1080	47,5	59,8	26,5	33,7	171,3	233,4	1037,9	1392,8	