Меню на 25.03.2022

Вахлеева Юлия Максимовна

Подписано цифровой подписью: Вахлеева Юлия Максимовна
Дата: 2022.03.25 08:14:29 +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	Жаркое по-домашнему	150	200	24,3	32,4	20,7	27,6	23,6	31,4	372	496	11/436
	Рыба тушеная с овощами	80	80	16,2	16,2	1,1	1,1	7,3	7,25	75	75	51/229
	Компот	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		480	530	46,04	59,5	24,1	33,2	66,2	95,8	641,0	888,7	
Обед	Макароны отварные	180	200	6,3	6,3	9,0	9,0	36,0	36	218,4	218,4	16/203
	Котлеты мясные	80	80	5,9	11,8	7,3	14,6	7,7	15,36	120	240	462
	Хлеб пшеничный	50	50	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,54	138	261,7	Пром.
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,0	0,0	13,6	13,6	56	56	30/377
	Фрукт яблоко			0,6	0,6	0,6	0,6	13,4	13,4	60,6	60,6	Пром.
Итого за обед		510	530	18,4	29,6	19,15	28,69	92,45	121,9	593	836,7	
Итого за день		990	1060	64,4	89,1	43,2	61,9	158,6	217,7	1234,0	1725,4	