Вахлеева Юлия Максимовна

Подписано цифровой подписью: Вахлеева Юлия Максимовна
Дата: 2022.04.25 18:41:16 +07'00'

Меню на 26.04.2022

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 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	Плов с мясом	280	300	27,34	29,3	25,61	27,4	60,13	64,5	392,7	390,8	34/291
	Компот из кураги	200	200	0,57	0,57	0	0	26,57	26,57	109	109	303/156
	Хлеб пшеничный	50	50	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,54	138	261,7	Пром.
	Яйцо отварное	40	40	5,1	5,1	4,6	4,6	0,3	0,3	63	63	38/209
Итого за завтрак		570	590	38,35	45,6	32,5	36,6	108,8	134,9	702,7	824,5	
Обед	Рыба тушеная с овощами	80	80	16,2	16,2	1,1	1,1	7,3	7,25	75	75	51/229
	Каша гречневая рассыпчатая	160	180	4,8	5,4	5,44	6,12	23,29	26,19	179,5	201,96	24/303
	Какао с молоком	200	200	5,8	5,8	5,8	5,8	34,4	34,4	205,6	205,6	54-7гн-2020
	Хлеб пшеничный	50	50	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,54	138	261,7	Пром.
	Кондитерские изделия пряник	65	75	3,3	5,0	5,3	7,95	37,13	55,695	215	322,5	Пром.
Итого за обед		555	585	35,5	43,1	19,91	25,5	123,8	167,08	813,1	1066,76	
Итого за день		1125	1175	73,8	88,7	52,4	62,1	232,6	302,0	1515,9	1891,3	