

МЕНЮ 7 день

Сад

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
	Завтрак							
13/5	Запеканка из творога с морковью	150	21,01	20,05	11,35	0,21	31,82	312,162843
-	Батон	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,856
1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	40	0,79	0,58	2,33	0,03	2,7	34,7194948
10/10	Чай	180	0,03	0	0,01	0,01	9,83	37,5407064
	Итого за 'Завтрак'		24,15	20,63	14,58	1,15	60,35	465,28
	10:00							
-	Сок яблочный	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
	Итого за '10:00 '		1	0	0,2	0	20,6	86,48
	Обед							
1/1	Горошек зеленый	40	1,23	0,02	1,5	0,08	4,49	32,532864
2/2	Борщ со сметаной	150	5,15	2,99	6,03	3,32	17,26	139,324173
9/8	Печень по- строгановски	80	10,09	9,92	10,53	5,36	2,12	144,036858
1/10	Компот из яблок и кураги	180	0,28	0	0,01	0,01	17,35	65,997027
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,4403
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,352
45/3	Каша рисовая рассыпчатая	100	2,44	0,02	2,24	0,35	25,75	133,339071
	Итого за 'Обед '		23,82	12,94	20,99	9,8	97,73	660,02
	Полдник							
-	Молоко обогащённое	200	5,75	6,12	5,94	0	9,02	111,409266
	Пряники	50	1,95	0,35	1,75	0,18	19,38	99,5164425
	Итого за 'Полдник '		7,71	6,47	7,7	0,18	28,41	210,93
	Итого за день		56,67	40,04	43,47	11,13	207,08	1422,71