

Меню (сад)

<i>Дата: 18.04.2024</i>	Суточн. потребление веществ				<i>Выход готовых блю</i>
	<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Энерг ценн.</i>	
<i>Завтрак</i>					
Каша пшеничная молочная	5,73	7,91	27,06	208,10	180
Хлеб пшеничн. со сливоч. маслом	3,1 0,05	0,2 6,6	20,1 0,07	94,7 59,8	40\8
Кофейный напиток с молоком	3,91	7,91	27,06	208,10	180
ИТОГО:	12,79	22,62	74,89	570,86	408
<i>2ой завтрак (10-30) - Сок</i>	0,4	0.0	9,27	39,6	100
<i>Обед</i>					
Кукуруза конс.	0,97	7,08	8,2	64,27	50
Куриный бульон с гренками	5,69	4,98	7,5	99,87	180
Картоф. по-домашнему с курой	10,19	5,26	21,6	152,51	200
Компот из изюм	0,45	0,0	23,35	91,99	180
Хлеб ржаной	2,91	0,29	20,75	159,58	50
ИТОГО:	20,21	17,61	81,4	568,22	660
<i>Полдник</i>					
 Ватрушка	10,23	11,86	31,04	250,37	70
Кисель	0,1	0,0	31,26	132,2	180
Груша	0,4	0,00	9,27	39,6	100
ИТОГО:	10,33	11,86	62,3	382,57	350
<i>Ужин</i>					
Вермишель в молоке	5,97	7,74	23,74	167,0 7	200
Чай сладкий с лимоном	0,13	0,0	13,46	34,4	200
Хлеб пшеничный	3,1	0,2	21	94,7	200
ИТОГО:	9,2	7,94	58,2	296,1 7	440
Итого за день:	52,93	59,35	286,06	1857,3	1858