

Мкоу Сош №5 Детский сад

18 апреля

Прием пищи	раздел	№ рец	Блюдо	Выход г		калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюдо	43	Каша ячневая молочн	150	10.01	215.09	6.35	5.98	33.7
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1.83	42.6	0	0	13.45
	хлеб		Хлеб пшеничный	30/	1.98	70	2	0	15
<b>итого</b>					<b>13.82</b>	<b>327.69</b>	<b>8.35</b>	<b>5.98</b>	<b>62.15</b>
обед	1 блюдо	20	Борщ со сметаной	250	36.24	250.16	10.24	15.04	18.46
	2 блюдо								
	гарнир	344	Рагу овощное	150	40.81	128.85	2.7	6.08	15.84
	сладкое		Кисель	180	5.31	93.76	0	0	21.44
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1.98	70	2	0	15
<b>итого</b>					<b>84.34</b>	<b>542.77</b>	<b>14.94</b>	<b>21.12</b>	<b>70.74</b>
полдник	гор.блюдо	22	Сырники из творога	120	42.49	306.59	24.99	11.39	25.98
	гор.напиток		чай с сахаром	180	1.83	42.6	0	0	13.45
<b>ИТОГО</b>					<b>44.32</b>	<b>891.96</b>	<b>24.99</b>	<b>11.39</b>	<b>39.43</b>





