

с. Юман-Ташин
М. Мухоматович



Шафигуллина Г.Т.

Дата 27.01.2024

Неделя: 2

Неделя: 2

		Неделя: 2				Энергетическая
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
506,25	Тефтели из говядины с томатн соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
175,12	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,02	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 555			20,13	18,03	80,60	564,57
Обед						
гтк 66,65	Суп-лапша(вермишель) с мясом птицы(	250/30	15,67	16,14	15,71	170
206	Плов с изюмом	250	5,8	22,4	64,5	483
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,02	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 800			27,07	39,24	125,71	862
Итого за день			47,2	57,27	206,31	1426,57
Итого за день			49,6	57,57	220,11	1492,57