

24.02.2025

Меню пружинных батонов



Утверждено: Д.М. Хмелева

Пример меню	Наименование батона	Вес батона	Питательное вещество			Энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	
9 неделя	День 16		33,3143,7	34,846,3	153,9196,4	10601377,7
<u>завтрак</u>	Сыр молочный с сахаром Булочка с маслом Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150/200 155, 20/10 180/180 20/25	4,5/5,7 1,6/1,8 0,1/0,1 0,4/0,5	4,7/5,9 3,5/7,1 0,0/0,0 0,2/0,3	17,0/19,0 7,4/9,9 10,5/10,5 8,8/11	128/152 68/111 42/42 39/48
<u>Полдnie</u>	Сок фруктовый	100/130	0,2/0,5	0,0/0,2	17,3/21,8	70/91
<u>10 ч обед</u>	Сыр – твердый с сахаром Каша гречневая рассыпчатая Фрукты Орехи консервированные Компот из фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	150/180/100 130 60/70 40/50 150/180 10/20 20/40	6,2/6,7 3,4/4,1 6,7/10,2 0,3/0,4 0,2/0,3 0,2/0,4 0,5/0,9	5,6/6,6 3,7/4,4 7,0/9,3 0,1/0,1 0,0/0,0 0,1/0,2 0,3/0,5	8,2/8,2 28/32,1 1,9/2,1 0,6/0,8 12,7/15,2 4,4/8,8 7,5/15,1	108/119 150/184 97/133 4/6 52/62 19/39 34/69
<u>поздний</u>	Закуска творожная со сыром, молоком Молоко кипяченое	140/180 150/180	8,1/11,7 4,1/5,2	5,5/7,1 3,8/5,8	18/19,1 6,1/8,5	154/187 75/107
<u>Полдnie</u>			12,2/16,9	9,5/12,9	24,1/27,6	229/294
<u>Вечерo</u>			36,5/48,5	34,5/47,5	148,4/182,1	1049/1350